叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 5 个章节

1. 金粉：日常生活圣化(gold Dust A Collection Of Golden Counsels For) 000001

2. 金粉：日常生活圣化(gold Dust A Collection Of Golden Counsels For) 000002

3. 金粉：日常生活圣化(gold Dust A Collection Of Golden Counsels For) 000003

4. 金粉：日常生活圣化(gold Dust A Collection Of Golden Counsels For) 000004

5. 金粉：日常生活圣化(gold Dust A Collection Of Golden Counsels For) 000005

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

金粉：日常生活圣化(Gold Dust A Collection of Golden Counsels for)

[gəʊld] [dʌst]
GOLD **DUST**
金子 灰尘

金粉

[ə; eɪ] [kə'lekʃ(ə)n] [ɒv; əv]['gəʊldən] ['kaunsəl] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [ˌsæŋktɪfɪ'keɪʃn] [ɒv; əv] ['deɪli] [laɪf]
A **Collection** **of** **Golden** **Counsels** **for** **the** **Sanctification** **of** **Daily** **Life**
一个 收藏 的 金的 律师 为了 这 成圣 的 日常的 生活

日常生活圣化的金玉良言集锦

[trænz'leɪtɪd] [ænd; ənd] [ə'brɪdʒd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [frentʃ]
TRANSLATED **AND** **ABRIDGED** **FROM** **THE** **FRENCH**
翻译 和 简略 从 这 法语

译自法语并经过删减

[baɪ][iː] . [el] . [iː] . [biː] .
By **E** **.** **L** **.** **E** **.** **B** **.**
经过 E . L . E . B .

作者：ELEB

['edɪtɪd] [baɪ]
EDITED **BY**
编辑 经过

编辑

['ʃɑːlət] [em] . [jɒndʒ]
CHARLOTTE **M** **.** **YONGE**
夏洛特 M . 央街

夏洛特·M·扬格

['grɑːsɪt] & ['dʌnˌlæp]
GROSSET **&** **DUNLAP**
套 & 邓拉普

格罗塞特和邓拉普

['pʌblɪʃəz] [njuː] [jɔːk]
PUBLISHERS **NEW** **YORK**
出版商 新的 约克

纽约出版社

['prɪntɪd] [ɪn][ðə; ði][ju'naɪtɪd] [steɪts] [ɒv; əv] [ə'merɪkə]
Printed **in** **the** **United** **States** **of** **America**
打印 在 这 团结的 各州 的 美国

美国印刷

[tuː; tə]
To
到

到

[iː] . [biː] . [eɪtʃ] .
E **.** **B** **.** **H** **.**
E . B . H .

EBH

[ðɪs] ['lɪt(ə)l] [bʊk] [ɪz][məʊst] ['lʌvɪŋli] ['dedɪkeɪtɪd]
This little book is most lovingly dedicated
这 小的 书 是 最多 深情地 投入的

这本小书饱含深情地献给

['prefəs]
PREFACE
前言

前言

[ðɪs] ['lɪt(ə)l] [bʊk] [ɪz][ə; eɪ][trænz'leɪʃ(ə)n][frɒm; frəm][ə; eɪ] [kə'lekʃ(ə)n] [ɒv; əv] [dɪ'vəʊʃən(ə)l] [θɔ:ts]
This little book is a translation from a collection of devotional thoughts
这 小的 书 是 一个 翻译 从 一个 收藏 的 灵修 想法
['pʌblɪʃt] [ɪn] [frɑ:ns] ['ʌndə(r)][ðə; ði]['taɪt(ə)l][ɒv; əv] " [pæl'jet] [dɔ:] .
published in France under the title of " Paillettes d'Or .
已发布 在 法国 在下面 这 标题 的 " 亮片 金奖 .

这本小册子是从法国出版的一本名为《金光闪闪》（Paillettes d'Or）的灵修思想集翻译而来。

" [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [ˌnesə'serəli] [ə; eɪ] [sɪ'lekʃ(ə)n] ,
" It is necessarily a selection ,
" 它 是 一定 一个 选择 ,

这必然是一种选择，

[sɪns] [ðə; ði][gəʊld] [dʌst] [wɪtʃ] [su:ts] [frentʃ] ['ridər] [rɪ'kwaɪəz] [ə; eɪ] [freʃ] ['sɪftɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði]
since the gold dust which suits French readers requires a fresh sifting for the
自从 这 金子 灰尘 哪个 西装 法语 读者 需要 一个 新鲜的 筛分 为了 这
['ɪŋglɪʃ] ;
English ;
英语 ;

因为适合法国读者的金粉需要经过一番筛选才能被英国读者接受；

[bʌt; bət][ðə; ði]['vælju:][ɒv; əv][məʊst][ɒv; əv][ðə; ði] [θɔ:ts] [si:m] [tu:; tə][ˌem 'i:] [wel] [tu:; tə] [dɪ'zɜ:v] [ðə; ði]
but the value of most of the thoughts seems to me well to deserve the
但 这 价值 的 最多 的 这 想法 似乎 到 我 出色地 到 应得 这
[tɜ:m] [ɒv; əv][gəʊld] .
term of gold .
学期 的 金子 .

但我觉得大多数思想的价值完全配得上“黄金”这个词。

[ðeə(r)] [ɑ:(r); ə(r)] ['meni] [hu:] [wɪl] [mʌtʃ] [ɪn'dʒɔɪ] ['hævɪŋ] [ðɪs] ['lɪt(ə)l] [kə'lekʃ(ə)n] [ɒn][ðeə(r)]['teɪb(ə)l] ,
There are many who will much enjoy having this little collection on their table ,
那里 是 许多 WHO 将要 很多 享受 拥有 这 小的 收藏 在 他们的 桌子 ,

很多人会很喜欢在桌上摆放这套小摆件。

[səʊ][æz; əz][tu:; tə][bi:; bi]['eɪb(ə)l][tu:; tə] [teɪk] [ˌaɪ 'ti:][ʌp][ænd; ənd] [dwel] [ə'pɒn][sʌm; səm][wʌn][ɒv; əv][ɪts]
so as to be able to take it up and dwell upon some one of its
所以 作为 到 是 有能力的 到 拿 它 向上 和 住 之上 一些 一 的 它是
[greɪnz] [æt; ət] ['leʒə(r)] [taɪmz] [θru:'aʊt] [ðə; ði] [deɪz] ['bɪznəs] .
grains at leisure times throughout the day's business .
谷物 在 闲暇 时代 自始至终 这 天 商业 .

这样，我们就可以在一天繁忙的工作之余，抽出一些空闲时间来细细品味其中的一些要点。

[si:] . [em] . [jɒndʒ] .
C . M . Yonge .
C . M . 央街 .

CM Yonge。

['fɛb] . - , - .
Feb . 12 , 1880 .
二月 . - , - .

1880年2月12日。

[ˌɪntrə'dʌkʃn]
INTRODUCTION
介绍

介绍

[ɪn][ðə; ði] [saʊθ] [ɒv; əv] [frɑːns] , ['djʊərɪŋ][ðə; ði] ['sʌmə(r)] ,
In the south of France , during the summer ,
在 这 南 的 法国 , 期间 这 夏天 ,

在法国南部，夏季期间，

['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] [ænd; ənd][əʊld][ænd; ənd][ɪn'fɜːm][pɔː(r); pʊə(r)] [huː] [ɑː(r); ə(r)] [ɪn'keɪpəbl] [ɒv; əv] [hɑːd] [wɜːk] ,
little children and old and infirm poor who are incapable of hard work ,
小的 孩子们 和 老的 和 虚弱 贫穷的 WHO 是 无法 的 难的 工作 ,

幼童、年老体弱的穷人，他们无法从事繁重的体力劳动。

[ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [ɜːn] [ə; eɪ] ['laɪvlihʊd] ,
in order to earn a livelihood ,
在 命令 到 赚 一个 生计 ,

为了谋生，

[ɪm'plɔɪ] [ðəm'selvz] [ɪn] ['sɜːtʃɪŋ] [ðə; ði][bedz][ɒv; əv][draɪd] [ʌp] ['rɪvəz] [fɔː(r); fə(r)] " [pæl'jet] [dɔː] , "
employ themselves in searching the beds of dried up rivers for " Paillettes d'Or , "
采用 他们自己 在 搜索 这 床 的 干燥 向上 河流 为了 " 亮片 金奖 , "
[ɔː(r)]['gəʊldən] [dʌst] ,
or golden dust ,
或者 金的 灰尘 ,

他们以在干涸的河床上寻找“金粉”（Paillettes d'Or）为生。

[wɪtʃ] ['spɑːkl] [ɪn][ðə; ði][sʌn] , [ænd; ənd] [wɪtʃ] [ðə; ði]['wɔːtə(r)] ['kæriz] [ə'weɪ] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː] [fləʊz] .
which sparkles in the sun , and which the water carries away as it flows .
哪个 闪光 在 这 太阳 , 和 哪个 这 水 携带 离开 作为 它 流量 .

在阳光下闪闪发光，并被流水带走。

[wɒt] [ɪz] [dʌn] [baɪ] [ðiːz] [pɔː(r); pʊə(r)] ['piːp(ə)l] [ænd; ənd]['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][gəʊld] [dʌst] [gɒd]
What is done by these poor people and little children for the gold dust God
什么 是 完毕 经过 这些 贫穷的 人们 和 小的 孩子们 为了 这 金子 灰尘 上帝
[hæz; həz] [səʊn] [ɪn] [ðəʊz] [əb'skjʊə(r)] ['rɪvəz] ,
has sown in those obscure rivers ,
有 播种 在 那些 朦胧 河流 ,

这些穷人和幼童为了上帝在那些偏僻河流中播下的金沙，做了些什么?

[wiː; wi] [wʊd] [duː; də] [wɪð] [ðəʊz] ['kaunsəl] [ænd; ənd] ['tiːtʃɪŋz] [wɪtʃ] [gɒd] [hæz; həz] [səʊn] ['ɔːlməʊst]
we would do with those counsels and teachings which God has sown almost
我们 会 做 和 那些 律师 和 教义 哪个 上帝 有 播种 几乎
['evriweə(r)] , [wɪtʃ] ['spɑːk(ə)l] ,
everywhere , which sparkle ,
到处 , 哪个 火花 ,

我们将运用上帝几乎在各处播撒的那些闪耀着光芒的劝诫和教诲，

[ɪn'laɪt(ə)n] , [ænd; ənd][ɪn'spaɪə(r)][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ]['məʊmənt] , [ðen] [ˌdɪsə'pɪə(r)] ,
enlighten , and inspire for a moment , then disappear ,
开导 , 和 启发 为了 一个 片刻 , 然后 消失 ,

启迪人心，短暂激励人心，然后消失。

['liːvɪŋ] [bʌt; bət] [rɪ'gret] [ðæt] [ðə; ði] [θɔːt] [dɪd] [nɒt] [ə'kɜː(r)][tuː; tə] [kə'lekt] [ænd; ənd] ['treʒə(r)] [ðem; ðəm]
leaving but regret that the thought did not occur to collect and treasure them
离开 但 后悔 那 这 想法 做过 不是 发生 到 收集 和 宝藏 他们
.
.
.

离开时却后悔没有想到要把它们收集起来珍藏。

[huː] [ɪz] [ðeə(r)] [ðæt] [hæz; həz] [nɒt] [ɪk'spɪərɪənst] [æt; ət] [sʌm; səm] [taɪm] [ɪn] [hɪz; ɪz] [laɪf] [ðəʊz] ['tiːtʃɪŋz]

Who	**is**	**there**	**that**	**has**	**not**	**experienced**	**at**	**some**	**time**	**in**	**his**	**life**	**those**	**teachings**
WHO	是	那里	那	有	不是	经验丰富的	在	一些	时间	在	他的	生活	那些	教义

[səʊ] [sɒft] [ænd; ənd] ['dʒent(ə)l] ,

so	**soft**	**and**	**gentle**	**,**
所以	柔软的	和	温和的	,

谁的一生中没有体验过那些温柔而轻柔的教诲呢?

[jet] [səʊ] ['fɔːsəbl] , [wɪtʃ] [meɪk] [ðə; ði] [hɑːt] [θrɪl] , [ænd; ənd] [rɪ'viːl] [tuː; tə] [ˌaɪ 'tiː] ['sʌd(ə)nli] [ə; eɪ]

yet	**so**	**forcible**	**,**	**which**	**make**	**the**	**heart**	**thrill**	**,**	**and**	**reveal**	**to**	**it**	**suddenly**	**a**
然而	所以	强制的	,	哪个	制作	这	心	刺激	,	和	揭示	到	它	突然	一个

[wɜːld] [ɒv; əv] [piːs] ,

world	**of**	**peace**	**,**
世界	的	和平	,

然而，它却如此有力，令人心潮澎湃，并突然向人展现了一个宁静祥和的世界。

[dʒɔɪ] , [ænd; ənd] [dɪ'vəʊʃn] ?

joy	**,**	**and**	**devotion**	**?**
喜悦	,	和	虔诚	?

喜悦和奉献?

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [hæv; həv] [biːn] [bʌt; bət] [ə; eɪ] [wɜːd] [riːd] [ɪn] [ə; eɪ] [bʊk] , [ɔː(r)] [ə; eɪ] ['sentəns] [ˌəʊvər'hɜːrd] [ɪn]

It	**may**	**have**	**been**	**but**	**a**	**word**	**read**	**in**	**a**	**book**	**,**	**or**	**a**	**sentence**	**overheard**	**in**
它	可能	有	到过	但	一个	单词	读	在	一个	书	,	或者	一个	句子	无意中听到	在

[ˌkɒnvə'seɪʃ(ə)n] ,

conversation	**,**
对话	,

它可能只是书中读到的一个词，或是谈话中无意间听到的一句话。

[wɪtʃ] [meɪ] [hæv; həv] [hæd; həd] [fɔː(r); fə(r)] [ˌjuː 'es] [ə; eɪ] [tuː] - [fəʊld] ['miːnɪŋ] , [ænd; ənd] , [ɪn] ['pɑːsɪŋ] ,

which	**may**	**have**	**had**	**for**	**us**	**a**	**two**	**-**	**fold**	**meaning**	**,**	**and**	**,**	**in**	**passing**	**,**
哪个	可能	有	有	为了	我们	一个	二	-	折叠	意义	,	和	,	在	通过	,

这对我们来说可能具有双重含义，顺便一提，

[left] [ˌjuː 'es] [tʌtʃt] [wɪð] [æn; ən] [ˌʌn'nəʊn] ['paʊə(r)] .

left	**us**	**touched**	**with**	**an**	**unknown**	**power**	**.**
左边	我们	感动	和	一个	未知	力量	.

它让我们感受到了一种未知的力量。

[ˌaɪ 'tiː] [wɒz; wəz] [ðə; ði] [smaɪl] [ɒn] [ðə; ði] [lɪps] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [bɪ'lʌvɪd] [wʌn] [huːm] [wiː; wi] [njuː] [tuː; tə] [biː; bi]

It	**was**	**the**	**smile**	**on**	**the**	**lips**	**of**	**a**	**beloved**	**one**	**whom**	**we**	**knew**	**to**	**be**
它	曾是	这	微笑	在	这	嘴唇	的	一个	心爱	一	谁	我们	知道	到	是

['sɒrəʊfl] ,

sorrowful	**,**
悲伤	,

那是我们明知悲伤却依然深爱的人脸上露出的微笑。

[ðæt] [spəʊk] [tuː; tə] [ˌjuː 'es] [ɒv; əv] [ðə; ði] [swiːt] [dʒɔɪ] [ɒv; əv] [ˌrezɪg'neɪʃ(ə)n] .

that	**spoke**	**to**	**us**	**of**	**the**	**sweet**	**joy**	**of**	**resignation**	**.**
那	辐	到	我们	的	这	甜的	喜悦	的	辞职	.

那让我们感受到了顺从的甜蜜喜悦。

[ˌaɪ 'tiː] [wɒz; wəz] [ðə; ði] ['əʊpən] [lʊk] [ɒv; əv] [æn; ən] ['ɪnəs(ə)nt] [tʃaɪld] [ðæt] [rɪ'viːld] [tuː; tə] [ˌjuː 'es] [ɔːl] [ðə; ði]

It	**was**	**the**	**open**	**look**	**of**	**an**	**innocent**	**child**	**that**	**revealed**	**to**	**us**	**all**	**the**
它	曾是	这	打开	看	的	一个	清白的	孩子	那	揭晓	到	我们	全部	这

['bjuːti] [ɒv; əv] ['frænʧnəs] [ænd; ənd] [sɪm'plɪsəti] .

beauty	**of**	**frankness**	**and**	**simplicity**	**.**
美丽	的	坦率	和	简单	.

正是孩童天真无邪的眼神，向我们所有人展现了坦率和纯朴的美好。

[əʊ] !
Oh !
哦 !

哦!

[ɪf] [wiː; wi][hæd; həd][bʌt; bət] ['treʒəd] [ɔːl][ðə; ði] [reɪz] [ɒv; əv] [laɪt] [ðæt] [krɒs] ['aʊə(r)] [pɑːθ] [ænd; ənd]
if we had but treasured all the rays of light that cross our path and
如果 我们 有 但 珍藏 全部 这 射线 的 光 那 叉 我们的 小路 和
['spɑːk(ə)l][bʌt; bət][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ]['məʊmənt] ;
sparkle but for a moment ;
火花 但 为了 一个 片刻 ;

如果我们能够珍惜所有出现在我们生命中、转瞬即逝的光芒;

[əʊ] ! [ɪf] [wiː; wi][hæd; həd][bʌt; bət] [ɪn'greɪvd] [ðem; ðəm][ɒn]['aʊə(r)] [hɑːts] !
oh ! if we had but engraved them on our hearts !
哦 ! 如果 我们 有 但 刻 他们 在 我们的 心 !

哦! 如果我们能把它们铭刻在心上该多好啊!

[wɒt] [ə; eɪ] [gaɪd] [ænd; ənd] ['kʌmfət] [ðeɪ] [wʊd] [hæv; həv] [biːn] [tuː; tə][ˌjuː 'es][ɪn][ðə; ði] [deɪz] [ɒv; əv]
what a guide and comfort they would have been to us in the days of
什么 一个 指导 和 舒适 他们 会 有 到过 到 我们 在 这 天 的
[dɪs'kʌrɪdʒmənt] [ænd; ənd] ['sɒrəʊ] ;
discouragement and sorrow ;
沮丧 和 悲哀 ;

在那些沮丧和悲伤的日子里，它们会给我们带来多么大的指引和安慰啊!

[wɒt] ['kaunsəl] [tuː; tə] [gaɪd] ['aʊə(r)]['ækʃ(ə)nz] , [wɒt] [ˌkɔnsə'leiʃən] [tuː; tə] [suːð] [ðə; ði]['brəʊkən] [hɑːt]
what counsels to guide our actions , what consolations to soothe the broken heart
什么 律师 到 指导 我们的 行动 , 什么 安慰 到 舒缓 这 破碎的 心
!
!
!

什么忠告可以指引我们的行动，什么安慰可以抚慰破碎的心灵!

[haʊ] ['meni] [njuː] [miːnz] [ɒv; əv] ['duːɪŋ] [gʊd] !
How many new means of doing good !
如何 许多 新的 方法 的 正在做 好的 !

多少种行善的新方法啊!

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðɪs] ['sɪmp(ə)l] [wɜːk] [ɒv; əv] ['gæðərɪŋ] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][frɒm; frəm] ['evri] [sɔːs] — [frɒm; frəm]['neɪtʃə(r)]
It is this simple work of gathering a little from every source — from nature
它 是 这 简单的 工作 的 采集 一个 小的 从 每一个 来源 — 从 自然
, [frɒm; frəm] [bʊks] ,
, from books ,
, 从 图书 ,

这是一种简单的工作，即从各种来源——自然界、书籍中——收集一些东西。

[ə'bʌv] [ɔːl] , [frɒm; frəm][mæn'kaɪnd][ɪt'self] — [ðæt] [ɪz][ðə; ði] [ɪn'tenʃ(ə)n] [ɒv; əv][wʌn][ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] ['feləʊ] -
above all , from mankind itself — that is the intention of one of your fellow -
多于 全部 , 从 人类 本身 — 那 是 这 意图 的 一 的 你的 同伴 -
['kriːtʃəz] , [dɪə(r)] [səʊlz] ,
creatures , dear souls ,
生物 , 亲爱的 灵魂 ,

最重要的是，来自人类自身的意愿——亲爱的朋友们，这是你们一位同胞的意愿。

[juː; jʊ] [huː] [lɒŋ] [səʊ][tuː; tə] [meɪk] [jɔː(r); jə(r)][laɪvz; lɪvz][mɔː(r)]['həʊli][ænd; ənd] [dɪ'vaʊt] !
you who long so to make your lives more holy and devout !
你 WHO 长的 所以 到 制作 你的 生活 更多的 圣 和 虔诚的 !

你们这些渴望使自己的生活更加圣洁虔诚的人啊!

[ænd; ənd][ɪn][ðə; ði] [seɪm] [weɪ] [æz; əz][ðə; ði][gəʊld] [dʌst] , ['gæðəd] [ænd; ənd] [ə'kju:mjəleɪtɪd] [frɒm; frəm]

And	in	the	same	way	as	the	gold	dust	,	gathered	and	accumulated	from
和	在	这	相同的	方式	作为	这	金子	灰尘	,	聚集	和	积累	从

[ðə; ði] ['rɪvərz] [bed] ,

the	river's	bed	,
这	河流的	床	,

就像从河床中收集和积累的金粉一样，

[wɒz; wəz][ðə; ði] [mi:nz] [ɒv; əv] ['brɪŋɪŋ] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['prɒfɪt] [tu:; tə][ðə; ði] [hɑ:θ] ,

was	the	means	of	bringing	a	little	profit	to	the	hearth	,
曾是	这	方法	的	带来	一个	小的	利润	到	这	炉	,

这是为家庭带来些许收入的手段。

[səʊ] [wʊd] [wi:; wi] [ɪn'devə(r)] [tu:; tə] ['kæri] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][dʒɔɪ][tu:; tə][jɔ:(r); jə(r)] [hɑ:ts] , [ænd; ənd] [pi:s]

so	would	we	endeavor	to	carry	a	little	joy	to	your	hearts	,	and	peace
所以	会	我们	努力	到	携带	一个	小的	喜悦	到	你的	心	,	和	和平

[tu:; tə][jɔ:(r); jə(r)] [səʊlz] .

to	your	souls	.
到	你的	灵魂	.

因此，我们将努力为你们的心中带来一丝喜悦，为你们的灵魂带来一丝平静。

['gæðə(r)] , [ðen] , [ði:z] ['lɪt(ə)l] ['kaunsəl] ; ['gæðə(r)][ðem; ðəm] [wɪð] ['wɒtʃflnəs] ;

Gather	,	then	,	these	little	counsels	;	gather	them	with	watchfulness	;
收集	,	然后	,	这些	小的	律师	;	收集	他们	和	警惕	;

所以，要收集这些小建议；要警醒地收集它们；

[let][ðem; ðəm][fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ]['məʊmənt] ['penətreɪt] [di:p] ['ɪntu:][jɔ:(r); jə(r)] [hɑ:t] ; [ðen] ['skætə(r)][ðem; ðəm]

let	them	for	a	moment	penetrate	deep	into	your	heart	;	then	scatter	them
让	他们	为了	一个	片刻	穿透	深的	进入	你的	心	;	然后	分散	他们

[ə'brɔ:d] [ə'gen] ,

abroad	again	,
国外	再次	,

让它们短暂地深入你的内心；然后将它们再次散播开来。

[ðæt] [ðeɪ] [meɪ] [gəʊ] [wɪð] [ðeə(r)] [gʊd] [wɜ:dz] [tu:; tə][ðə; ði] [help] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] .

that	they	may	go	with	their	good	words	to	the	help	of	others	.
那	他们	可能	去	和	他们的	好的	字	到	这	帮助	的	其他的	.

好让他们带着美好的话语去帮助别人。

[ðeɪ] [wɪl] [nɒt] [bi:; bi] [ɪm'pɔ:tʃənət] , [wɪl] [nɒt] ['i:v(ə)n][ɑ:sk][tu:; tə][bi:; bi] [prɪ'zɜ:vd] ; [ðeɪ] [du:; də] [nɒt]

They	will	not	be	importunate	,	will	not	even	ask	to	be	preserved	;	they	do	not
他们	将要	不是	是	纠缠不休	,	将要	不是	甚至	问	到	是	保存完好	;	他们	做	不是

[dɪ'zaɪə(r)] [feɪm] ;

desire	fame	;
欲望	名声	;

他们不会纠缠不休，甚至不会要求被保存；他们不渴望名声；

[ɔ:l] [ðæt] [ðeɪ] [si:k] [ɪz][tu:; tə] [kən'veɪ] [ə; eɪ] ['trænzɪənt] ['blesɪŋ] .

all	that	they	seek	is	to	convey	a	transient	blessing	.
全部	那	他们	寻找	是	到	传达	一个	瞬态	祝福	.

他们所追求的不过是传递短暂的祝福。

[gəʊld] [dʌst]

GOLD	DUST
金子	灰尘

金粉

[aɪ] .

I	.
我	.

我。

" [maɪ] [lɔːd] ! " [ɪkˈskleɪmd] [wʌns] [ə; eɪ] [dɪˈvaʊt] [səʊl] ,
" My Lord ! " exclaimed once a devout soul ,
" 我的 主 ! " 惊呼 一次 一个 虔诚的 灵魂 ,

“我的主啊！”一位虔诚的灵魂曾这样惊呼道。

" [gɪv] [ˌem ˈiː] [ˈevri] [deɪ] [ə; eɪ] [ˈlɪt(ə)l] [wɜːk] [tuː; tə] [ˈɒkjupaɪ] [maɪ] [maɪnd] ;
" give me every day a little work to occupy my mind ;
" 给 我 每一个 天 一个 小的 工作 到 占据 我的 头脑 ;

每天给我一点工作来充实我的思绪；

[ə; eɪ] [ˈlɪt(ə)l] [ˈsʌfərɪŋ] [tuː; tə] [ˈsæŋktɪfaɪ] [maɪ] [ˈspɪrɪt] ; [ə; eɪ] [ˈlɪt(ə)l] [gʊd] [tuː; tə] [duː; də] [tuː; tə] [ˈkʌmfət] [maɪ]
a little suffering to sanctify my spirit ; a little good to do to comfort my
一个 小的 痛苦 到 圣化 我的 精神 ; 一个 小的 好的 到 做 到 舒适 我的
[hɑːt] .
heart .
心 .

受点苦可以净化我的灵魂；做点善事可以安慰我的心灵。

" [ˌaɪ ˈaɪ] .
" II .
" 二 .

“二、

[ɪf] [baɪ] [ˈaʊə(r)] [diːdz] [wiː; wi] [bɪˈkʌm] [seɪnts] , [truː] [ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] ,
If by our deeds we become saints , true it is ,
如果 经过 我们的 契约 我们 变得 圣徒 , 真的 它 是 ,

如果我们因自己的行为而成为圣人，那的确如此。

[ðæt] [baɪ] [ˈaʊə(r)] [diːdz] [ˈɔːlsəʊ] [wiː; wi] [ʃæl; ʃəl] [biː; bi] [kənˈdemd] .
that by our deeds also we shall be condemned .
那 经过 我们的 契约 还 我们 将 是 谴责 .

我们必因自己的行为而被定罪。

[jes] , [ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [ˈlɪt(ə)l] [baɪ] [ˈlɪt(ə)l] [ðæt] [wiː; wi] [pres] [ˈɒnwəd] , [ˈaɪðə(r)] [təˈwɔːdz] [sælˈveɪʃ(ə)n] [ɔː(r)] [ɪˈtɜːn(ə)l]
Yes , it is little by little that we press onward , either towards salvation or eternal
是的 , 它 是 小的 经过 小的 那 我们 按 向前 , 任何一个 向 救恩 或者 永恒
[ˈruːɪn] ;
ruin ;
废墟 ;

是的，我们一步一步地前进，要么走向救赎，要么走向永恒的毁灭；

[ænd; ənd] [wen] [æt; ət] [lɑːst] [wiː; wi] [riːtʃ] [ðə; ði] [geɪt] [ɒv; əv] [ˈglɔːri] , [ɔː(r)] [ðæt] [ɒv; əv] [pɜːˈdɪʃn] ,
and when at last we reach the gate of glory , or that of perdition ,
和 什么时候 在 最后的 我们 抵达 这 门 的 荣耀 , 或者 那 的 毁灭 ,

而当我们最终到达荣耀之门，或是毁灭之门时，

[ðə; ði] [kraɪ] [ɪˈskeɪps] [ˈaʊə(r)] [lɪps] , " [ɔːlˈredi] !
the cry escapes our lips , " Already !
这 哭 逃脱 我们的 嘴唇 , " 已经 !

我们脱口而出：“已经！

" [ðə; ði] [fɜːst] [ˈbækwəd] [step] [ɪz] [ˈɔːlməʊst] [ˌɪmpəˈseptəbl] ; [ˌaɪ ˈtiː] [wɒz; wəz] [ðəʊz] [ˈtaɪni] [fleɪks] [ɒv; əv]
" The first backward step is almost imperceptible ; it was those tiny flakes of
" 这 第一的 落后 步 是 几乎 难以察觉的 ; 它 曾是 那些 微小的 薄片 的
[snəʊ] ,
snow ,
雪 ,

“第一次后退几乎难以察觉；那是几片细小的雪花，

[ˈsiːmɪŋ] [tuː; tə] [melt] [æz; əz] [ðeɪ] [tʌtʃ] [ðə; ði] [ɜːθ] , [bʌt; bət] [ˈfɔːlɪŋ] [wʌn] [əˈpɒn] [əˈnʌðə(r)] ,
seeming to melt as they touch the earth , but falling one upon another ,
似乎 到 熔化 作为 他们 触碰 这 地球 , 但 坠落 一 之上 其他 ,

它们触地时仿佛融化了一般，却又彼此重叠倒下。

[ðæt] [hæv; həv] [fɔːmd] [ðæt] [ɪˈmens] [mæs] [wɪtʃ] [siːm] ['redi] [tuː; tə] [fɔːl] [ænd; ənd] [krʌʃ] [ˌjuː 'es] .

that	have	formed	that	immense	mass	which	seems	ready	to	fall	and	crush	us	.
那	有	形成	那	巨大	大量的	哪个	似乎	准备好	到	落下	和	压碎	我们	.

它们形成了巨大的质量，似乎随时都会崩塌并压垮我们。

[ɑː] ! [ɪf] [ai] [traɪd] [tuː; tə] [treɪs] [bæk] [tuː; tə] [wɒt] [fɜːst] [led] [tuː; tə] [ðæt] [ækt] [ɒv; əv] [sɪn] ,

Ah	!	if	I	tried	to	trace	back	to	what	first	led	to	that	act	of	sin	,
啊	!	如果	我	尝试	到	痕迹	后退	到	什么	第一的	引领	到	那	行为	的	罪	,

啊！如果我试图追溯导致那项罪行的最初原因，

[ðə; ði] [θɔːt] [ðæt] [prəˈdjuːst] [ðə; ði] [dɪˈzaɪə(r)] , [ðə; ði] ['sɜːkəmstəns] [ðæt] [geɪv] [raɪz] [tuː; tə] [ðə; ði]

the	thought	that	produced	the	desire	,	the	circumstance	that	gave	rise	to	the
这	想法	那	生产	这	欲望	,	这	环境	那	给予	上升	到	这

[θɔːt] ,

thought	,
想法	,

产生欲望的念头，引发念头的情境，

[ai] [ʃʊd; ʃəd] [faɪnd] ['sʌmθɪŋ] ['ɔːlməʊst] [ˌɪmpə'septəbl] ; [pə'hæps] [ə; eɪ] [wɜːd] [wɪð] [ə; eɪ] ['dʌb(ə)l]

I	should	find	something	almost	imperceptible	;	perhaps	a	word	with	a	double
我	应该	寻找	某物	几乎	难以察觉的	;	也许	一个	单词	和	一个	双倍的

[ɑ̃'tɑ̃ːdr] [ai] [hæd; həd] [hɜːd] ,

entendre	I	had	heard	,
含义	我	有	听到	,

我应该会发现一些几乎难以察觉的东西；也许是我听过的某个有双关含义的词。

[ænd; ənd] [æt; ət] [wɪtʃ] [ai] [hæd; həd] [smaɪld] ; [ə; eɪ] ['juːsləs] [ˌeksplə'neɪʃ(ə)n] , [sɔːt] [aʊt] [ɒv; əv] [mɪə(r)]

and	at	which	I	had	smiled	;	a	useless	explanation	,	sought	out	of	mere
和	在	哪个	我	有	微笑	;	一个	无用	解释	,	寻求	出去	的	仅仅

[ˌkjʊəri'ɒsəti] ; [ə; eɪ] ['heɪsti] [lʊk] ,

curiosity	;	a	hasty	look	,
好奇心	;	一个	仓促	看	,

而我却对此报以微笑；一个毫无用处的解释，纯粹出于好奇；一个匆匆的眼神，

[kɑːst] [ai] [njuː] [nɒt] ['weəfɔː(r)] , [ænd; ənd] [wɪtʃ] ['kɒnʃəns] ['prɒmptɪd] [ˌem 'iː] [tuː; tə] [tʃek] ; [ə; eɪ]

cast	I	knew	not	wherefore	,	and	which	conscience	prompted	me	to	check	;	a
投掷	我	知道	不是	因此	,	和	哪个	良心	提示	我	到	查看	;	一个

[preə(r)] [nɪ'glektɪd] ,

prayer	neglected	,
祷告	被忽视的	,

我不知道为何要这样做，也不知道是哪份良心驱使我停下来；一次疏忽的祷告，

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ˌaɪ 'tiː] ['wɪərid] [ˌem 'iː] ; [wɜːk] [left] [ʌn'dʌn] ,

because	it	wearied	me	;	work	left	undone	,
因为	它	疲惫	我	;	工作	左边	未完成	,

因为它让我疲惫不堪；工作没做完，

[waɪl] [ai] [ɪn'dʌldʒd] [ɪn] [sʌm; səm] [deɪ] - [driːm] [ðæt] [flit] [bɪ'fɔː(r)] [maɪ] ['fænsi] . . . .

while	I	indulged	in	some	day	-	dream	that	flitted	before	my	fancy	.	.	.	.
尽管	我	沉溺其中	在	一些	天	-	梦	那	飞掠	前	我的	想要	.	.	.	.

当我沉浸在脑海中一闪而过的白日梦中时……

[ə; eɪ] [wiːk] ['leɪtə(r)] [ðə; ði] [seɪm] [θɪŋz] [əˈkɜː(r)] , [bʌt; bət] [ðɪs] [taɪm] [mɔː(r)] [prəˈlɒŋd] ;

A	week	later	the	same	things	occur	,	but	this	time	more	prolonged	;
一个	星期	之后	这	相同的	事物	发生	,	但	这	时间	更多的	延长	;

一周后，同样的事情再次发生，但这次持续时间更长；

[ðə; ði] ['staɪf(ə)ld] [vɔɪs] [ɒv; əv] ['kɒnʃəns] [ɪz] [hʌʃt] .

the	stifled	voice	of	conscience	is	hushed	.
这	窒息	嗓音	的	良心	是	静静地	.

良心的声音被压抑，归于沉寂。

[jet] [ə'nʌðə(r)] [wiːk] . . . .
Yet another week . . . .
然而 其他 星期 . . . .

又一周过去了.....

[ə'læs] !
Alas !
唉 !

唉!

[let] [ˌjuː 'es] [stɒp] [ðeə(r)] ; [iːtʃ] [kæn; kən] [kəm'pliːt] [ðə; ði] [sæd] ['stɔːri] [fɔː(r); fə(r)] [hɪm'self] ,
let us stop there ; each can complete the sad story for himself ,
让 我们 停止 那里 ; 每个 能 完全的 这 伤心 故事 为了 他自己 ,

就此打住吧；每个人都可以自己去续写这个悲伤的故事。

[ænd; ənd] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['iːzi] [tuː; tə] [drɔː] [ðə; ði] ['præktɪkl] [kən'kluːʒn] .
and it is easy to draw the practical conclusion .
和 它 是 简单的 到 画 这 实际的 结论 .

很容易得出实际结论。

[θriː] .
III .
三、 .

三、

[ə; eɪ] [jʌŋ] [gɜːl] , [ɪn] [wʌn] [ɒv; əv] [ðəʊz] ['moʊmənts] [wen] [ðə; ði] [hɑːt] [siːm] [tuː; tə] [ˌəʊvə'fləʊ] [wɪð]
A young girl , in one of those moments when the heart seems to overflow with
一个 年轻的 女孩 , 在 一 的 那些 时刻 什么时候 这 心 似乎 到 溢出 和
[dɪ'vəʊʃn] ,
devotion ,
虔诚 ,

一个年轻女孩，在那种心中充满虔诚的时刻，

[rəʊt] [ðʌs] [ɪn] [hɜː(r); hə(r)] ['dʒɜːn(ə)l] : " [ɪf] [ai] [deəd] ,
wrote thus in her journal : " If I dared ,
写道 因此 在 她 杂志 : " 如果 我 敢于 ,

她在日记中写道：“如果我敢的话，

[ai] [wʊd] [ɑːsk] [gɒd] [waɪ] [ai] [ˌeɪ 'em] [pleɪst] [ɪn] [ðə; ði] [wɜːld] ; [wɒt] [hæv; həv] [ai] [tuː; tə] [duː; də] ?
I would ask God why I am placed in the world ; what have I to do ?
我 会 问 上帝 为什么 我 是 放置 在 这 世界 ; 什么 有 我 到 做 ?

我会问上帝，我来到这个世界的意义是什么？我该做什么？

[ai] [nəʊ] [nɒt] ; [maɪ] [deɪz] [ɑː(r); ə(r)] ['aɪdli] [spent] , [ænd; ənd] [ai] [duː; də] [nɒt] ['iːv(ə)n] [rɪ'gret] [ðem; ðəm] . . . .
I know not ; my days are idly spent , and I do not even regret them . . . .
我 知道 不是 ; 我的 天 是 闲散地 花费 , 和 我 做 不是 甚至 后悔 他们 . . . .

我不知道；我的日子虚度，我甚至不后悔.....

[ɪf] [ai] [mait] [bʌt; bət] [duː; də] [sʌm; səm] [gʊd] [tuː; tə] [maɪ'self] [ɔː(r)] [ə'nʌðə(r)] ,
If I might but do some good to myself or another ,
如果 我 可能 但 做 一些 好的 到 我 或者 其他 ,

如果我能够为自己或他人做点好事，

[ɪf] ['əʊnli] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [ʃɔːt] [speɪs] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['mɪnɪt] [ɪn] [iːtʃ] [deɪ] ! .
if only for the short space of a minute in each day ! .
如果 仅有的 为了 这 短的 空间 的 一个 分钟 在 每个 天 ! .

哪怕每天只有短短一分钟也好！

" [ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] ['leɪtə(r)] , [wen] [ɪn] [ə; eɪ] ['kɑːmə(r)] [muːd] [ʃiː; ʃi] [ˌɑːr 'iː] - [riːd] [ðiːz] [laɪnz] , [ʃiː; ʃi] ['ædɪd] ,
" A few days later , when in a calmer mood she re - read these lines , she added ,
" 一个 很少 天 之后 , 什么时候 在 一个 更平静 情绪 她 关于 - 读 这些 线条 , 她 额外 ,

几天后，当她心情平静下来后，再次读到这些话，她补充道：

" [waɪ] , ['nʌθɪŋ] [ɪz] ['i:zɪə] !
" Why , nothing is easier !
" 为什么 , 没有什么 是 更轻松 !

“哎呀，这还用说吗！”

[ai][hæv; həv][bʌt; bət][tu:; tə] [gɪv] [ə; eɪ][kʌp][ɒv; əv][kəʊld]['wɔ:tə(r)][tu:; tə][wʌn][ɒv; əv] [kraɪsts] ['lɪt(ə)l][wʌnz] .
I have but to give a cup of cold water to one of Christ's little ones .
我 有 但 到 给 一个 杯子 的 寒冷的 水 到 一 的 基督的 小的 一个 .

我只想给基督的一个孩子一杯凉水。

" ['i:v(ə)n] [les] [ðæn; ðən] [ðæt] : [ə; eɪ] [wɜ:d] [ɒv; əv] [əd'vaɪs] ; ['sʌmθɪŋ] [lent] [tu:; tə] [ə'nʌðə(r)] ; [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]
" Even less than that : a word of advice ; something lent to another ; a little
" 甚至 较少的 比 那 : 一个 单词 的 建议 ; 某物 借出的 到 其他 ; 一个 小的
[vek'seɪʃ(ə)n] ['peɪʃntli] [bɔ:n] ;
vexation patiently borne ;
烦恼 耐心 出生 ;

“甚至更少：一句忠告；借给别人的东西；耐心忍受一点烦恼；

[ə; eɪ] [preə(r)] [fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ] [frend] ['ɒfəd] [tu:; tə] [gɒd] ;
a prayer for a friend offered to God ;
一个 祷告 为了 一个 朋友 提供 到 上帝 ;

为朋友向上帝祈祷；

[ðə; ðɪ] [fɔ:lt] [ɔ:(r)] ['θɔ:tləsnəs] [ɒv; əv] [ə'nʌðə(r)] [rɪ'peəd] [wɪ'ðaʊt] [hɪz; ɪz] ['nɒlɪdʒ] — [gɒd] [wɪl]
the fault or thoughtlessness of another repaired without his knowledge — God will
这 过错 或者 考虑不周 的 其他 已修复 没有 他的 知识 — 上帝 将要
['rekəmpens] [ˌaɪ 'ti:][ɔ:l][ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] - [fəʊld] !
recompense it all a thousand - fold !
补偿 它 全部 一个 千 - 折叠 !

他人的过错或疏忽，若在未经其知晓的情况下得到弥补——上帝必将千倍地补偿！

[ˌaɪ 'vi:] .
IV .
第四 .

四、

[ɑ:mz] ['gɪv(ə)n][ɪn]['si:krət] ; [ðæt] [ɪz][ðə; ðɪ] ['tʃærəti] [wɪtʃ] [brɪŋz] [ə; eɪ] ['blesɪŋ] .
Alms given in secret ; that is the charity which brings a blessing .
施舍 给定 在 秘密 ; 那 是 这 慈善机构 哪个 带来 一个 祝福 .

秘密施舍，才是带来福报的善行。

[wɒt] [swi:t] [ɪn'dʒɔɪmənt] [tu:; tə][bi:; bi]['eɪb(ə)l][tu:; tə] [ʃed] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['hæpinəs] [ə'raʊnd] [ju: 'es] !
What sweet enjoyment to be able to shed a little happiness around us !
什么 甜的 享受 到 是 有能力的 到 棚 一个 小的 幸福 大约 我们 !

能够给身边的人带来一丝快乐，是多么美好的事情啊！

[wɒt] [æn; ən] ['i:zi] [ænd; ənd] [ə'gri:əb(ə)l] [tɑ:sk][ɪz] [ðæt] [ɒv; əv] ['traɪɪŋ] [tu:; tə]['rendə(r)] ['ʌðə(r)z] ['hæpi] .
What an easy and agreeable task is that of trying to render others happy .
什么 一个 简单的 和 同意 任务 是 那 的 尝试 到 使成为 其他的 快乐的 .

让别人开心是一件多么轻松愉快的事情啊。

['fɑ:ðə(r)] !
Father !
父亲 !

父亲！

[ɪf] [ai][traɪ][tu:; tə] [pli:z] [ænd; ənd] ['ɪmɪteɪt] [ði:] [ðʌs] , [wɪlt] [ðaʊ] [ɪn'di:d] [bles] [ˌem 'i:] ?
if I try to please and imitate Thee thus , wilt Thou indeed bless me ?
如果 我 尝试 到 请 和 模拟 汝 因此 , 枯萎 你 的确 保佑 我 ?

如果我努力取悦你、效法你，你真的会祝福我吗?

[θæŋks] !
Thanks **!**
谢谢 !

谢谢!

[θæŋks] !
thanks **!**
谢谢 !

谢谢!

[biː; bi][ˈʌntə; ˈʌntu] [ðiː] .
be **unto** **Thee** **.**
是 到 汝 .

愿一切归于你。

[viː] .
V **.**
V .

五、

[ɪz][ˌaɪ ˈtiː][feə(r)] [ˈɔːlweɪz] [tuː; tə] [fəˈget] [ɔːl][ðə; ðɪ] [gʊd] [ɔː(r)] [ˈkaɪndnəs] [ʃəʊn] [tuː; tə][ˌjuː ˈes][baɪ] [ðəʊz] [wɪð]
Is **it** **fair** **always** **to** **forget** **all** **the** **good** **or** **kindness** **shown** **to** **us** **by** **those** **with**
是 它 公平的 总是 到 忘记 全部 这 好的 或者 仁慈 所示 到 我们 经过 那些 和
[huːm] [wiː; wɪ][lɪv; laɪv] ,
whom **we** **live** **,**
谁 我们 居住 ,

我们是否应该总是忘记与我们同住的人对我们展现的所有善意和友善?

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ðɪ] [seɪk] [ɒv; əv] [wʌn] [ˈlɪt(ə)l] [peɪn] [ðeɪ] [meɪ] [hæv; həv] [kɔːzd] [ˌjuː ˈes] , [ænd; ənd] [wɪtʃ] ,
for **the** **sake** **of** **one** **little** **pain** **they** **may** **have** **caused** **us** **,** **and** **which** **,**
为了 这 清酒 的 一 小的 疼痛 他们 可能 有 导致 我们 , 和 哪个 ,
[məʊst] [ˈlaɪkli] ,
most **likely** **,**
最多 可能 ,

仅仅因为他们可能给我们造成了一点点痛苦，而且很可能，

[wɒz; wəz] [kwaɪt] [ˌʌnɪnˈtenʃənl] [ɒn] [ðeə(r)] [pɑːt] ?
was **quite** **unintentional** **on** **their** **part** **?**
曾是 相当 无意的 在 他们的 部分 ?

完全是无意的吗?

[ˈsɪksθ] .
VI **.**
六年级 .

六、

[wen] [juː; jʊ] [ˈsʌmtaɪmz] [faɪnd][ɪn] [bʊks] [ədˈvaɪs] [ɔː(r)][ɪgˈzɑːmp(ə)l] [ðæt] [juː; jʊ] [θɪŋk] [meɪ] [biː; bi][ɒv; əv]
When **you** **sometimes** **find** **in** **books** **advice** **or** **example** **that** **you** **think** **may** **be** **of**
什么时候 你 有时 寻找 在 图书 建议 或者 例子 那 你 思考 可能 是 的
[ˈsɜːvɪs] ,
service **,**
服务 ,

有时你在书中发现一些建议或例子，你认为这些建议或例子可能对你有帮助，

[juː; jʊ] [teɪk] [keə(r)][tuː; tə] [ˈkɒpi] [ænd; ənd] [kənˈsʌlt] [ˌaɪ ˈtiː][æz; əz][æn; ən] [ˈɒrəkl] .
you **take** **care** **to** **copy** **and** **consult** **it** **as** **an** **oracle** **.**
你 拿 关心 到 复制 和 咨询 它 作为 一个 神谕 .

你小心翼翼地把它抄录下来，当作神谕来参考。

[duː; də][æz; əz] [mʌtʃ] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ðɪ] [gʊd] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] [səʊl] .
Do **as** **much** **for** **the** **good** **of** **your** **soul** **.**
做 作为 很多 为了 这 好的 的 你的 灵魂 .

为了你的灵魂，尽可能多地去做吧。

[ɪn'greɪv] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] ['meməri] , [ænd; ənd]['iːv(ə)n] [raɪt] [daʊn] , [ðə; ðɪ] ['kaunsəl] [ænd; ənd] [pɹ'iːsɛpts]
Engrave **in** **your** **memory** **,** **and** **even** **write** **down** **,** **the** **counsels** **and** **precepts**
雕刻 在 你的 记忆 , 和 甚至 写 向下 , 这 律师 和 戒律
[ðæt] [juː; jʊ][hɪə(r)][ɔː(r)] [riːd] ;
that **you** **hear** **or** **read** **;**
那 你 听到 或者 读 ;

将你听到或读到的劝告和教诲铭记于心，甚至写下来；

. . . [ðen] , [frɒm; frəm] [taɪm] [tuː; tə] [taɪm] , ['stʌdi] [ðɪs] ['lɪt(ə)l] [kə'lekʃ(ə)n] ,
. . . then **,** **from** **time** **to** **time** **,** **study** **this** **little** **collection** **,**
. . . 然后 , 从 时间 到 时间 , 学习 这 小的 收藏 ,

然后，时不时地研读一下这本小册子。

[wɪtʃ] [juː; jʊ] [wɪl] [nɒt] [praɪz] [ðə; ðɪ] [les] [ðæt] [juː; jʊ][hæv; həv] [meɪd] [ˌaɪ 'tiː][ɔːl] [jɔː'self] .
which **you** **will** **not** **prize** **the** **less** **that** **you** **have** **made** **it** **all** **yourself** **.**
哪个 你 将要 不是 奖 这 较少的 那 你 有 制成 它 全部 你自己 .

因为你是自己亲手制作的，所以你不会那么珍惜它。

[bʊks] ['rɪt(ə)n] [baɪ]['ʌðə(r)z] [ɪn] [taɪm] [bɪ'kʌm] ['wɪərisəm] [tuː; tə][ˌjuː 'es] ,
Books **written** **by** **others** **in** **time** **become** **wearisome** **to** **us** **,**
图书 书面 经过 其他的 在 时间 变得 令人厌倦的 到 我们 ,

随着时间的推移，我们会对别人写的书感到厌倦。

[bʌt; bət][ɒv; əv] [ðəʊz] [wiː; wi] [raɪt] [ɑː'selvz] [wiː; wi]['nevə(r)]['taɪə(r)] .
but **of** **those** **we** **write** **ourselves** **we** **never** **tire** **.**
但 的 那些 我们 写 我们自己 我们 绝不 胎 .

但对于我们自己创作的作品，我们永远不会感到厌倦。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] [jɔːz] , [ðɪs] [kə'lekʃ(ə)n] [ɒv; əv] [θɔːts] ['tʃəʊzn] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][juː; jʊ] [laɪkt]
And **it** **will** **be** **yours** **,** **this** **collection** **of** **thoughts** **chosen** **because** **you** **liked**
和 它 将要 是 你的 , 这 收藏 的 想法 选定 因为 你 喜欢
[ðem; ðəm] ;
them **;**
他们 ;

而这本你精心挑选、你喜欢的文字集，将属于你；

['kaunsəl] [juː; jʊ][hæv; həv]['gɪv(ə)n] [jɔː'self] ; ['mɒrəl] [rɪ'siːts] [juː; jʊ][hæv; həv] [dɪ'skʌvəd] , [ænd; ənd]
counsels **you** **have** **given** **yourself** **;** **moral** **receipts** **you** **have** **discovered** **,** **and**
律师 你 有 给定 你自己 ; 道德 收据 你 有 发现 , 和
[ɒv; əv] [wɪtʃ] , [pə'hæps] ,
of **which** **,** **perhaps** **,**
的 哪个 , 也许 ,

你给自己的忠告；你发现的道德准则，或许，

[juː; jʊ][hæv; həv] [pruːvd] [ðə; ðɪ] ['efɪkəsi] .
you **have** **proved** **the** **efficacy** **.**
你 有 已证实 这 功效 .

你已经证明了它的有效性。

['hæpi] [səʊl] !
Happy **soul** **!**
快乐的 灵魂 !

快乐的人儿!

[ðæt] [iːtʃ] [deɪ] [riːps] [ɪts] ['hɑːvɪst] .
that **each** **day** **reaps** **its** **harvest** **.**
那 每个 天 收割 它是 收成 .

每天都有收获。

[sevn] .
VII **.**
七 .

七、

[duː; də][juː; jʊ] [wɪʃ] [tuː; tə][lɪv; laɪv][æt; ət] [piːs] [wɪð] [ɔːl][ðə; ði] [wɜːld] ?

Do	you	wish	to	live	at	peace	with	all	the	world	?
做	你	希望	到	居住	在	和平	和	全部	这	世界	?

你希望与全世界和平共处吗?

[ðen] ['præktɪs] [ðə; ði]['mæksɪmz][ɒv; əv][æn; ən] [ˌɪnflu'enʃ(ə)l] [mæn] , [huː] , [wen] [ɑːskt] , ['ɑːftə(r)][ðə; ði]

Then	practise	the	maxims	of	an	influential	man	,	who	,	when	asked	,	after	the
然后	实践	这	格言	的	一个	有影响	男人	,	WHO	,	什么时候	问	,	后	这

[ˌrevə'luːʃn] ,

Revolution	,
革命	,

然后践行一位有影响力的人的格言，这位人物在革命后被问及此事时说：

[haʊ] [hiː; hi] ['mænɪdʒd] [tuː; tə] [ɪ'skeɪp] [ðə; ði] [ˌɛksɪ'kjuːʃənərz] [æks] , [rɪ'plaɪd] ,

how	he	managed	to	escape	the	executioner's	axe	,	replied	,
如何	他	管理	到	逃脱	这	刽子手的	斧头	,	回复	,

他回答说，他是如何逃脱刽子手的斧头的。

" [aɪ] [meɪd] [maɪ'self][ɒv; əv][nəʊ][ˌrepju'teɪʃ(ə)n][ænd; ənd] [kept] ['saɪləns] .

"	I	made	myself	of	no	reputation	and	kept	silence	.
"	我	制成	我	的	不	名声	和	保留	沉默	.

我让自己变得毫无名声，保持沉默。

" [wʊd] [juː; jʊ][lɪv; laɪv] ['piːsəbli] [wɪð] [ðə; ði] ['membəz] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)]['fæməli] ,

"	Would	you	live	peaceably	with	the	members	of	your	family	,
"	会	你	居住	和平地	和	这	成员	的	你的	家庭	,

你愿意与家人和平共处吗?

[ə'bʌv] [ɔːl] [wɪð] [ðəʊz] [huː] ['eksəsaɪz] [ə; eɪ] ['sɜːt(ə)n] [kən'trəʊl][ɒv; əv][juː; jʊ] ?

above	all	with	those	who	exercise	a	certain	control	of	you	?
多于	全部	和	那些	WHO	锻炼	一个	肯定	控制	的	你	?

尤其是那些对你拥有某种控制权的人?

[juːz][ðə; ði] [miːnz] [ɪm'plɔɪd] [baɪ][ə; eɪ]['paɪəs] ['wʊmən] ,

Use	the	means	employed	by	a	pious	woman	,
使用	这	方法	受雇	经过	一个	虔诚的	女士	,

效仿虔诚妇人的做法，

[huː] [hæd; həd][tuː; tə][lɪv; laɪv] [wɪð] [wʌn][ɒv; əv][ə; eɪ] ['traɪɪŋ] ['tempə(r)] ,

who	had	to	live	with	one	of	a	trying	temper	,
WHO	有	到	居住	和	一	的	一个	尝试	脾气	,

谁不得不和一个脾气暴躁的人一起生活，

[ænd; ənd] [wɪtʃ] [ʃiː; ʃi] [sʌmd] [ʌp] [ɪn][ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [wɜːdz] : —

and	which	she	summed	up	in	the	following	words	:	—
和	哪个	她	总结	向上	在	这	下列的	字	:	—

她用以下几句话总结道：——

" [aɪ][duː; də] ['evriθɪŋ] [tuː; tə] [pliːz] [hɜː(r); hə(r)] .

"	I	do	everything	to	please	her	.
"	我	做	一切	到	请	她	.

我竭尽所能让她高兴。

" [aɪ] [fʊl'fɪl] [ɔːl][maɪ] ['djuːtiz] [wɪð] [ə; eɪ] ['smaɪlɪŋ] [feɪs] , ['nevə(r)] [rɪ'viːlɪŋ] [ðə; ði] ['trʌb(ə)l] [ˌaɪ 'tiː] ['kɔːzɪz]

"	I	fulfil	all	my	duties	with	a	smiling	face	,	never	revealing	the	trouble	it	causes
"	我	实现	全部	我的	职责	和	一个	微笑	脸	,	绝不	揭示	这	麻烦	它	原因

[ˌem 'iː] .

me	.
我	.

“我面带微笑地履行所有职责，从不透露这给我带来的麻烦。”

" [ai][beə(r)] ['peɪʃntli] ['evriθɪŋ] [ðæt] [dis'pli:z] [ˌem 'i:] .

"	I	bear	patiently	everything	that	displeases	me	.
"	我	熊	耐心	一切	那	不悦	我	.

“我耐心忍受一切令我不快的事情。”

" [ai] [kən'sʌlt] [hɜ:(r); hə(r)][ɒn] ['meni] ['sʌbdʒɪkts][ɒv; əv] [wɪtʃ] , [pə'hæps] , [ai] [meɪ] [bi:; bi][ðə; ði]['betə(r)]

"	I	consult	her	on	many	subjects	of	which	,	perhaps	,	I	may	be	the	better
"	我	咨询	她	在	许多	主题	的	哪个	,	也许	,	我	可能	是	这	更好的

[dʒʌdʒ] .

judge	.
法官	.

“我经常就一些我可能比她更有判断力的问题向她请教。”

" [wʊd] [ju:; jʊ][bi:; bi][æt; ət] [pi:s] [wɪð] [jɔ:(r); jə(r)] ['kɒnʃəns] ?

"	Would	you	be	at	peace	with	your	conscience	?
"	会	你	是	在	和平	和	你的	良心	?

你问心无愧吗?

[let] [jɔ:(r); jə(r)] ['gɑ:diən] ['eɪndʒl][faɪnd][ju:; jʊ][æt; ət] [i:tʃ] ['məʊmənt][ɒv; əv][ðə; ði] [deɪ] ['du:ɪŋ] [wʌn][ɒv; əv]

Let	your	Guardian	Angel	find	you	at	each	moment	of	the	day	doing	one	of
让	你的	监护人	天使	寻找	你	在	每个	片刻	的	这	天	正在做	一	的

[ði:z] [fɔ:(r)] [θɪŋz] [wɪtʃ] [wʌns] [fɔ:md] [ðə; ði] [ru:l] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['seɪntli] [laɪf] :

these	four	things	which	once	formed	the	rule	of	a	saintly	life	:
这些	四	事物	哪个	一次	形成	这	规则	的	一个	圣洁的	生活	:

愿你的守护天使在一天中的每一刻都能找到你，因为你正在做以下四件事中的一件，这四件事曾经构成了圣徒生活的准则:

([wʌn] .) [preŋ] ; ([ˌtu:'tu:] .) ['leɪbərɪŋ] ; ([θri:] .)

(	1	.	)	praying	;	(	2	.	)	laboring	;	(	3	.	)
(	1	.	)	祈祷	;	(	2	.	)	劳动	;	(	3	.	)

（1）祈祷；（2）劳动；（3）

['straɪvɪŋ] ['ɑ:ftə(r)] ['həʊlinəs] ; ([fɔ:r] .) ['præktɪsɪŋ] ['peɪʃ(ə)ns] .

striving	after	holiness	;	(	4	.	)	practising	patience	.
努力	后	圣洁	;	(	4	.	)	练习	耐心	.

（4）努力追求圣洁；（5）操练忍耐。

[wʊd] [ju:; jʊ] [bɪ'kʌm] ['həʊli] ?

Would	you	become	holy	?
会	你	变得	圣	?

你想成为圣人吗?

[traɪ][tu:; tə][ˌeɪ di: 'di:][tu:; tə][ðə; ði] [ə'bʌv] ['ækʃ(ə)nz][ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['vɜ:tju:z] : ['meθəd] , [feɪθ] , ['spɪrɪtʃuəl]

Try	to	add	to	the	above	actions	the	following	virtues	:	method	,	faith	,	spiritual
尝试	到	添加	到	这	多于	行动	这	下列的	美德	:	方法	,	信仰	,	精神

['kɒmbæt] , [ˌpɜ:sə'vɪərəns] .

combat	,	perseverance	.
战斗	,	毅力	.

尝试在上述行动中加入以下美德：方法、信念、精神斗争、毅力。

['faɪnəli] , [ɪf] [ju:; jʊ] [wʊd] [lɪv; laɪv][ɪn][æn; ən] ['ætməsfɪə(r)] [ɒv; əv] [bə'nevələns] ,

Finally	,	if	you	would	live	in	an	atmosphere	of	benevolence	,
最后	,	如果	你	会	居住	在	一个	气氛	的	仁	,

最后，如果你想生活在一个充满仁爱的氛围中，

[meɪk] [ˌaɪ 'ti:][jɔ:(r); jə(r)] ['stʌdi] [tu:; tə][bi:; bi] ['ɔ:lweɪz] ['rendərɪŋ] ['ʌðə(r)z] ['sɜ:vɪs] ,

make	it	your	study	to	be	always	rendering	others	service	,
制作	它	你的	学习	到	是	总是	渲染	其他的	服务	,

要把服务他人作为你的学习目标。

[ænd; ənd]['nevə(r)] ['hezɪteɪt] [tuː; tə][ɑːsk][ðə; ði] [seɪm] [ɒv; əv][ðem; ðəm] .

and	never	hesitate	to	ask	the	same	of	them	.
和	绝不	犹豫	到	问	这	相同的	的	他们	.

而且不要犹豫，也要向他们提出同样的要求。

[ɪn] ['ɒfərɪŋ] [help] , [juː; jʊ] [meɪk] [ə; eɪ][step] [tə'wɔːdz] ['geɪnɪŋ] [ə; eɪ] [frend] ; [ɪn] ['ɑːskɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] ,

In	offering	help	,	you	make	a	step	towards	gaining	a	friend	;	in	asking	it	,
在	提供	帮助	,	你	制作	一个	步	向	获得	一个	朋友	;	在	问	它	,

主动提供帮助，是结交朋友的第一步；寻求帮助，

[juː; jʊ] [pliːz] [baɪ] [ðɪs] [mɑːk] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] ['kɒnfɪdəns] .

you	please	by	this	mark	of	your	confidence	.
你	请	经过	这	标记	的	你的	信心	.

请以这份信任来表达您的赞赏。

[ðə; ði] [rɪ'zʌlt] [ɒv; əv] [ðɪs] [wɪl] [biː; bi][ə; eɪ] ['kɒnstənt] ['hæbɪt][ɒv; əv]['mjuːtʃuəl] [fɔː'beərəns] ,

The	result	of	this	will	be	a	constant	habit	of	mutual	forbearance	,
这	结果	的	这	将要	是	一个	持续的	习惯	的	相互的	宽容	,

这样一来，双方就会养成互相宽容的习惯。

[ænd; ənd][ə; eɪ][fɪə(r)][tuː; tə][biː; bi][ˌdɪsə'blaɪdʒɪŋ][ɪn] ['mætəz] [ɒv; əv]['greɪtə(r)] [ɪm'pɔːt(ə)ns] .

and	a	fear	to	be	disobliging	in	matters	of	greater	importance	.
和	一个	害怕	到	是	不情愿	在	事情	的	更大的	重要性	.

以及害怕在更重要的事情上失礼。

[eɪtθ] .

VIII	.
八	.

第八章

[wen] ['tiːtʃɪŋ] [ɔː(r)] ['wɜːkɪŋ] [wɪð] ['ʌðə(r)z] , ['nevə(r)] [lɑːf] [ɔː(r)] [meɪk] [fʌn] [ɒv; əv][ðeə(r)]

When	teaching	or	working	with	others	,	never	laugh	or	make	fun	of	their
什么时候	教学	或者	在职的	和	其他的	,	绝不	笑	或者	制作	乐趣	的	他们的

['ɔːkwədnəs] .

awkwardness	.
尴尬	.

在教学或与他人共事时，千万不要嘲笑或取笑他们的笨拙。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kɔːzd] [baɪ][stjuː'pɪdəti] , [jɔː(r); jə(r)] ['lɑːftə(r)] [ɪz] [ʌn'tʃærɪtəb(ə)l] ; [ɪf] [frɒm; frəm] ['ɪgnərəns] ,

If	it	is	caused	by	stupidity	,	your	laughter	is	uncharitable	;	if	from	ignorance	,
如果	它	是	导致	经过	愚蠢	,	你的	笑声	是	不仁慈的	;	如果	从	无知	,

[jɔː(r); jə(r)] ['mɒkəri] [ɪz] ,

your	mockery	is	,
你的	嘲讽	是	,

如果是因为愚蠢而嘲笑，你的笑声是不友善的；如果是因为无知而嘲讽，

[tuː; tə] [seɪ] [ðə; ði] [liːst] , [ˌʌn'dʒʌst] .

to	say	the	least	,	unjust	.
到	说	这	至少	,	不公正	.

说得委婉点，这很不公平。

[tiːtʃ] [ðə; ði] [ˌʌn'skɪlfʊl] [wɪð] ['dʒent(ə)lnəs] ; [ʃəʊ] [hɪm] [ðə; ði] [raɪt] [weɪ] [tuː; tə] [wɜːk] ; [ænd; ənd] [gɒd] ,

Teach	the	unskilful	with	gentleness	;	show	him	the	right	way	to	work	;	and	God	,
教	这	不熟练的	和	温柔	;	展示	他	这	正确的	方式	到	工作	;	和	上帝	,

用温柔教导不熟练的人，指示他们正确的工作方法；并且上帝，

[huː] [siːz] [ɔːl] [jɔː(r); jə(r)] ['efəts] , [wɪl] [smaɪl] [ɒn] [jɔː(r); jə(r)] ['peɪʃ(ə)ns] ,

Who	sees	all	your	efforts	,	will	smile	on	your	patience	,
WHO	看到	全部	你的	努力	,	将要	微笑	在	你的	耐心	,

看到你所有努力的人，会赞赏你的耐心。

[ænd; ənd] [send] [juː; jʊ] [help] [ɪn] [ɔːl] [jɔː(r); jə(r)] ['dɪfɪkəltɪz] .

and	send	you	help	in	all	your	difficulties	.
和	发送	你	帮助	在	全部	你的	困难	.

并在你遇到所有困难时提供帮助。

[ɪks] .

IX .

第九章 .

九、

[wen] [ðə; ðɪ] [hɑːt] [ɪz] ['hevɪ] , [ænd; ənd] [wiː; wɪ] ['sʌfə(r)] [frɒm; frəm] [dɪ'preʃn] [ɔː(r)] [ˌdɪsə'pɔɪntmənt] ,

When	the	heart	is	heavy	,	and	we	suffer	from	depression	or	disappointment	,
什么时候	这	心	是	重的	,	和	我们	遭受	从	沮丧	或者	失望	,

当心情沉重，感到沮丧或失望时，

[haʊ] ['θæŋkfl] [wiː; wɪ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ðæt] [wiː; wɪ] [stɪl] [hæv; həv] [wɜːk] [ænd; ənd] [preə(r)] [left] [tuː; tə]

how	thankful	we	should	be	that	we	still	have	work	and	prayer	left	to
如何	感恩	我们	应该	是	那	我们	仍然	有	工作	和	祷告	左边	到

['kʌmfət] [ˌjuː 'es] .

comfort	us	.
舒适	我们	.

我们应该何等感恩，因为我们还有工作和祈祷可以安慰我们。

[ˌɒkju'peɪʃ(ə)n] ['fɔːsəblɪ] [daɪ'vəːts] [ðə; ðɪ] [maɪnd] ; [preə(r)] ['swiːtlɪ] [suːð] [ðə; ðɪ] [səʊl] .

Occupation	forcibly	diverts	the	mind	;	prayer	sweetly	soothes	the	soul	.
职业	强制	转移	这	头脑	;	祷告	甜蜜地	舒缓	这	灵魂	.

工作会强迫人转移注意力；祈祷则会温柔地抚慰灵魂。

" [ðen] , " [raɪts] [wʌn] [huː] [hæd; həd] [biːn] ['sɔːlɪ] [traɪd] , " [aɪ] [tel] [maɪ] [gɻ'iːfs] [tuː; tə] [gɒd] ,

"	Then	,	"	writes	one	who	had	been	sorely	tried	,	"	I	tell	my	griefs	to	God	,
"	然后	,	"	写	一	WHO	有	到过	非常	尝试	,	"	我	告诉	我的	悲伤	到	上帝	,

“然后，”一位饱经磨难的人写道，“我向上帝倾诉我的悲伤，

[æz; əz] [ə; eɪ] [tʃaɪld] [telz] [ɪts] ['trʌb(ə)lz] [tuː; tə] [ɪts] ['mʌðə(r)] ;

as	a	child	tells	its	troubles	to	its	mother	;
作为	一个	孩子	讲述	它是	麻烦	到	它是	母亲	;

就像孩子向母亲倾诉烦恼一样；

[ænd; ənd] [wen] [aɪ] [hæv; həv] [təʊld] [ɔːl] [aɪ] [ˌeɪ 'em] ['kʌmfət] ,

and	when	I	have	told	all	I	am	comforted	,
和	什么时候	我	有	讲述	全部	我	是	安慰	,

当我把一切都说完之后，我感到安慰。

[ænd; ənd] [rɪ'piːt] [wɪð] [ə; eɪ] ['laɪt(ə)nd] [hɑːt] [ðə; ðɪ] [preə(r)] [ɒv; əv] [es] . [fræn'swɑːz] [diː] [ʃɑ̃:'tɑːl] ([huː]

and	repeat	with	a	lightened	heart	the	prayer	of	S	.	Françoise	de	Chantal	(	who
和	重复	和	一个	轻度	心	这	祷告	的	S	.	弗朗索瓦	德	尚塔尔	(	WHO

['sɜːt(ə)nlɪ] ['sʌfəd] [mɔː(r)] [ðæn; ðən] [aɪ]) ,

certainly	suffered	more	than	I	)	,
当然	遭受	更多的	比	我	)	,

并以轻松的心情重复圣方济各·德·尚塔尔的祷文（她所受的苦难肯定比我多），

- [ðaɪ] [wɪl] [biː; bi] [dʌn] [fɔː(r); fə(r)] ['evə(r)] [ænd; ənd] ['evə(r)] , [əʊ] [lɔːd] , [wɪ'ðaʊt] [ɪf] [ɔː(r)] [bʌt; bət] ;

'	Thy	will	be	done	for	ever	and	ever	,	O	Lord	,	without	if	or	but	;
-	你的	将要	是	完毕	为了	曾经	和	曾经	,	哦	主	,	没有	如果	或者	但	;

主啊，愿你的旨意永远成就，没有如果，也没有但是；

- . . . [ænd; ənd] [ðen] , [fɔː(r); fə(r)] [fɪə(r)] [ə; eɪ] ['mɜːmə(r)] [meɪ] [ə'raɪz] [ɪn] [maɪ] [hɑːt] ,

'	.	.	.	and	then	,	for	fear	a	murmur	may	arise	in	my	heart	,
-	.	.	.	和	然后	,	为了	害怕	一个	低语	可能	出现	在	我的	心	,

.....然后，我害怕我的心脏会发出低语，

[ai] [rɪ'tɜːn] [ɪ'miːdiətli] [tuː; tə][maɪ] [wɜːk] , [ænd; ənd] [bɪ'kʌm] [əb'zɔːbd] [ɪn] [ˌɒkju'peɪʃ(ə)n] .

I	return	immediately	to	my	work	,	and	become	absorbed	in	occupation	.
我	返回	立即地	到	我的	工作	,	和	变得	吸收	在	职业	.

我立即回到工作岗位，全身心投入到工作中。

" [eks] .

"	X	.
"	X	.

X.

[hiː; hi] [huː] [ɪz]['nevə(r)]['sætɪsfaɪd] [wɪð] ['eniθɪŋ] , ['sætɪsfaɪz][nəʊ][wʌn] .

He	who	is	never	satisfied	with	anything	,	satisfies	no	one	.
他	WHO	是	绝不	使满意	和	任何事物	,	满足	不	一	.

永远不满足的人，谁也无法满足。

[saɪ; zaɪ; ksaɪ; gzaɪ] .

XI	.
十一	.

十一、

[ɑː(r); ə(r)][ðeə(r)] ['meni] [huː] [traɪ][tuː; tə][biː; bi][ɒv; əv][sʌm; səm]['lɪt(ə)l] [help] [ɔː(r)] ['kʌmfət] [tuː; tə][ðə; ði] [səʊlz]

Are	there	many	who	try	to	be	of	some	little	help	or	comfort	to	the	souls
是	那里	许多	WHO	尝试	到	是	的	一些	小的	帮助	或者	舒适	到	这	灵魂

[wɪð] [huːm] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [brɔːt] [ɪn]['kɒntækt] [θruː] [laɪf] ?

with	whom	they	are	brought	in	contact	through	life	?
和	谁	他们	是	带来	在	接触	通过	生活	?

生活中，有多少人会尽力给予自己遇到的那些人一些帮助或安慰呢?

[pɔː(r); pʊə(r)] [səʊlz] , [ðæt] , [pə'hæps] , [hæv; həv][nəʊ][lɒŋgə(r)] [streŋθ] [ɔː(r)] [wɪl] [tuː; tə] ['mænɪfest] [ðə; ði]

Poor	souls	,	that	,	perhaps	,	have	no	longer	strength	or	will	to	manifest	the
贫穷的	灵魂	,	那	,	也许	,	有	不	更长	力量	或者	将要	到	显现	这

['lɒŋɪŋ] [ðeɪ] [ɪk'spɪəriəns] ,

longing	they	experience	,
渴望	他们	经验	,

可怜的人们，他们或许已经没有力气或意志去表达自己内心的渴望了。

[ænd; ənd] [huː] ['læŋgwɪʃ] [fɔː(r); fə(r)] [wɒnt] [ɒv; əv] [help] , [wɪ'ðaʊt] ['biːɪŋ] [ə'weə(r)] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)]

and	who	languish	for	want	of	help	,	without	being	aware	that	they	are
和	WHO	憔悴	为了	想	的	帮助	,	没有	存在	意识到的	那	他们	是

['perɪʃɪŋ] .

perishing	.
消亡	.

他们因缺乏帮助而苟延残喘，却浑然不知自己正在走向灭亡。

[əʊ] , ['mɪŋg(ə)l] ['sʌmtaɪmz] [wɪð] [jɔː(r); jə(r)] ['ɜːθli] [help] [ðə; ði]['blesɪd; blest] [neɪm] [ɒv; əv] [gɒd] ;

Oh	,	mingle	sometimes	with	your	earthly	help	the	blessed	Name	of	God	;
哦	,	交融	有时	和	你的	尘世的	帮助	这	蒙福	姓名	的	上帝	;

哦，有时也要在与世俗的帮助者交流时提及上帝的圣名；

[ænd; ənd] [ɪf] [ðeə(r)] [rɪ'meɪn] [wʌn] ['lɪt(ə)l] [spɑːk] [ɒv; əv] [laɪf] [ɪn][ðə; ði] [səʊl] , [ðæt] [neɪm] [wɪl] [ˌriː'kɪnd(ə)l]

and	if	there	remain	one	little	spark	of	life	in	the	soul	,	that	Name	will	rekindle
和	如果	那里	保持	一	小的	火花	的	生活	在	这	灵魂	,	那	姓名	将要	重燃

[ˌaɪ 'tiː] ,

it	,
它	,

如果灵魂深处还残留着一丝生命之火，那圣名便能将其重新点燃。

[ænd; ənd] ['kæri] ['kʌmfət] [ænd; ənd] [ˌrezɪg'neɪʃ(ə)n] ; ['i:v(ə)n] [æz; əz] [eə(r)] [bri:ðd] ['ɪntu:] [ðə; ði] [maʊθ]

and	carry	comfort	and	resignation	;	even	as	air	breathed	into	the	mouth
和	携带	舒适	和	辞职	;	甚至	作为	空气	呼吸	进入	这	嘴

[ɒv; əv] ['eni] [wʌn] [ə'pærəntli] [ded] ,

of	any	one	apparently	dead	,
的	任何	一	显然	死的	,

并带来慰藉和顺从；即便就像空气被吹入一个看似死去的人的口中一样，

['rʌʃɪz] ['ɪntu:] [ðə; ði] [lʌŋz] , [ænd; ənd] [ri'vaiv] [ðə; ði] ['sʌfərə(r)] , [ɪf] [bʌt; bət] [wʌn] [breθ] [ɒv; əv] [laɪf]

rushes	into	the	lungs	,	and	revives	the	sufferer	,	if	but	one	breath	of	life
冲刺	进入	这	肺	,	和	复苏	这	患者	,	如果	但	一	气息	的	生活

[rɪ'meɪnz] .

remains	.
遗迹	.

血液涌入肺部，如果病人只剩下一口气，血液就能使病人苏醒过来。

[səʊlz] !

Souls	!
灵魂	!

灵魂！

[səʊlz] !

Souls	!
灵魂	!

灵魂！

[ai] [jɜ:n] [fɔ:(r); fə(r)] [səʊlz] ! — [ðɪs] [ɪz] [ðə; ði] [kraɪ] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['seɪvjə(r)] ;

I	yearn	for	Souls	!	—	This	is	the	cry	of	the	Saviour	;
我	向往	为了	灵魂	!	—	这	是	这	哭	的	这	救主	;

我渴望灵魂！——这是救世主的呼喊；

[ænd; ənd] [fɔ:(r); fə(r)] [ðeə(r)] [seik] [hi:; hi] [daɪd] [ə'pɒn] [ðə; ði] [krɒs] , [ænd; ənd] [rɪ'meɪnz] [ʌn'tɪl] [ɪ'tɜ:nəti]

and	for	their	sakes	He	died	upon	the	Cross	,	and	remains	until	eternity
和	为了	他们的	清酒	他	死亡	之上	这	叉	,	和	遗迹	直到	永恒

[ðeə(r)] [ˌɪntə'sesə(r)] .

their	Intercessor	.
他们的	代祷者	.

为了他们的缘故，祂死在十字架上，并将永远作他们的中保。

[səʊlz] !

Souls	!
灵魂	!

灵魂！

[səʊlz] !

Souls	!
灵魂	!

灵魂！

[ai] [mʌst; məst] [wɪn] [səʊlz] ! — [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [ðə; ði] [kraɪ] [ɒv; əv] ['seɪtn] ;

I	must	win	Souls	!	—	It	is	the	cry	of	Satan	;
我	必须	赢	灵魂	!	—	它	是	这	哭	的	撒但	;

我必须赢得灵魂！——这是撒旦的呼喊；

[ænd; ənd] [tu:; tə] [əb'teɪn] [ðem; ðəm] [hi:; hi] ['skætə] [gəʊld] [tu:; tə] [tempt] [ðem; ðəm] , ['mʌltɪplaɪz] [ðeə(r)]

and	to	obtain	them	he	scatters	gold	to	tempt	them	,	multiplies	their
和	到	获得	他们	他	散布	金子	到	诱惑	他们	,	乘	他们的

['pleʒəz] [ænd; ənd] ['vænətɪz] ,

pleasures	and	vanities	,
快乐	和	虚荣心	,

为了得到他们，他撒下黄金来诱惑他们，增加他们的享乐和虚荣心。

[ænd; ənd] [gɪvz] [ðə; ði] [preɪz] [ðæt] ['əʊnli] [ɪn'fætjʊˌeɪt] .

and	gives	the	praise	that	only	infatuates	.
和	给予	这	称赞	那	仅有的	迷恋	.

并给予令人陶醉的赞美。

[səʊlz] !

Souls	!
灵魂	!

灵魂!

[səʊlz] !

Souls	!
灵魂	!

灵魂!

[wiː; wi] [lɒŋ] [fɔː(r); fə(r)] [səʊlz] ! — [let] [ðɪs] [biː; bi]['aʊə(r)][eɪm] , ['ridər] [ænd; ənd] ['raɪtər] [ɒv; əv] [ðiːz]

we	long	for	Souls	!	—	Let	this	be	our	aim	,	readers	and	writers	of	these
我们	长的	为了	灵魂	!	—	让	这	是	我们的	目的	,	读者	和	作家	的	这些

['aʊə(r)] " [pæl'jet] ;

our	"	Paillettes	;
我们的	"	亮片	;

我们渴望灵魂！——愿此成为我们的目标，各位读者和作者，我们这些“亮片”;

" [ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [seɪk] [ɒv; əv]['iːv(ə)n][wʌn] [səʊl] , [let] [nɒt] [fə'tiːg] , [ɪk'spens] ,

"	and	for	the	sake	of	even	one	soul	,	let	not	fatigue	,	expense	,
"	和	为了	这	清酒	的	甚至	一	灵魂	,	让	不是	疲劳	,	费用	,

“即使只为一个灵魂，也不要疲惫、花费，

[ɔː(r)][ðə; ði]['krɪtɪsɪzəm][ɒv; əv][ðə; ði] [wɜːld] , [dɪ'tɜː(r)][juː 'es] . . . .

or	the	criticism	of	the	world	,	deter	us	.	.	.	.
或者	这	批评	的	这	世界	,	阻止	我们	.	.	.	.

或者，来自世界的批评会让我们气馁.....

[ˌɛksˌaɪ'aɪ] .

XII	.
十二	.

十二、

[haʊ] [fjuː] [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [huː] [wʊd] [ðʌs] [deə(r)][tuː; tə] [ə'dres] [gɒd] [iːtʃ] [naɪt] : " [lɔːd] ,

How	few	there	are	who	would	thus	dare	to	address	God	each	night	:	"	Lord	,
如何	很少	那里	是	WHO	会	因此	敢	到	地址	上帝	每个	夜晚	:	"	主	,

因此，有多少人敢于每晚向上帝祷告：“主啊，

[diːl] [wɪð] [ˌem 'iː][tuː; tə] - ['mɒrəʊ] [æz; əz][ai][hæv; həv] [ðɪs] [deɪ] [delt] [wɪð] ['ʌðə(r)z] ;

deal	with	me	to	-	morrow	as	I	have	this	day	dealt	with	others	;
交易	和	我	到	-	明天	作为	我	有	这	天	已处理	和	其他的	;

明天你们要像我今天对待别人一样对待我;

. . . [ðəʊz] [tuː; tə] [huːm] [ai][wɒz; wəz] [hɑːʃ] , [ænd; ənd][frɒm; frəm] ['mælɪs] , [ɔː(r)][tuː; tə] [ʃəʊ] [maɪ] [əʊn]

.	.	.	those	to	whom	I	was	harsh	,	and	from	malice	,	or	to	show	my	own
.	.	.	那些	到	谁	我	曾是	残酷的	,	和	从	恶意	,	或者	到	展示	我的	自己的

[suːˌpɪəri'ɒrəti] ,

superiority	,
优势	,

.....那些我出于恶意或为了显示自己的优越感而苛待的人，

[ɪk'spəʊzd][ðeə(r)] ['feiliŋ] ; ['ʌðə(r)z] , [tuː; tə] [huːm] , [frɒm; frəm] [praɪd] [ɔː(r)] [dɪs'laɪk] , [ai] [rɪ'fjuːzd] [tuː; tə]

exposed	their	failings	;	others	,	to	whom	,	from	pride	or	dislike	,	I	refused	to
裸露	他们的	缺点	;	其他的	,	到	谁	,	从	自豪	或者	不喜欢	,	我	拒绝	到

[spiːk] ,

speak	,
说话	,

揭露了他们的缺点；而对于其他人，出于骄傲或厌恶，我拒绝与他们交谈。

— [wʌn][ai][hæv; həv] [ə'vɔɪdɪd] , [ə'nʌðə(r)] [ai] ['kænɒt] [laɪk] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ʃi:; ʃi] [dis'pli:z] [ˌem 'i:] ; [ai] [wɪl] [nɒt]
— one I have avoided , another I cannot like because she displeases me ; I will not
— 一 我 有 避免 , 其他 我 不能 喜欢 因为 她 不悦 我 ; 我 将要 不是
[fə'gɪv] ,
forgive ,
原谅 ,

——一个我一直刻意回避，另一个我不喜欢，因为她让我不高兴；我不会原谅她。

— [tu:; tə] [hu:m] [ai] [wɪl] [nɒt] [ʃəʊ] ['eni] ['kaɪndnəs] . " . . .
— to whom I will not show any kindness . " . . .
— 到 谁 我 将要 不是 展示 任何 仁慈 . " . . .

——我不会对他表现出任何善意。

[ænd; ənd] [jet] [let] [ˌju: 'es]['nevə(r)] [fə'get] [ðæt] , ['su:nə(r)][ɔ:(r)]['leɪtə(r)] ,
And yet let us never forget that , sooner or later ,
和 然而 让 我们 绝不 忘记 那 , 很快 或者 之后 ,

然而，我们永远不应忘记，迟早有一天，

[gɒd] [wɪl] [du:; də]['ʌntə; 'ʌntu][ˌju: 'es]['i:v(ə)n][æz; əz][wi:; wi][hæv; həv] [dʌn] ['ʌntə; 'ʌntu][ðem; ðəm] .
God will do unto us even as we have done unto them .
上帝 将要 做 到 我们 甚至 作为 我们 有 完毕 到 他们 .

上帝必以我们对待他们的方式对待我们。

[ˌɛksˌaɪ'aɪ'aɪ] .
XIII .
十三 .

十三、

" [grɑ:nt][ˌem 'i:] , [əʊ] [lɔ:d] , " [sed] [ə; eɪ]['hʌmb(ə)l] [səʊl] , " [ðæt] [ai] [meɪ] [pɑ:s] [ˌʌn'nəʊtɪst] [θru:] [ðə; ði]
" Grant me , O Lord , " said a humble soul , " that I may pass unnoticed through the
" 授予 我 , 哦 主 , " 说 一个 谦逊的 灵魂 , " 那 我 可能 经过 未被察觉 通过 这
[wɜ:ld] .
world .
世界 .

“主啊，”一个谦卑的人说，“请赐予我，让我能够默默无闻地度过这个世界。”

" [ðɪs] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi][ðə; ði] [wɪʃ] , [ɔ:(r)]['rɑ:ðə(r)][ðə; ði] [eɪm] , [ɒv; əv][ɔ:l] [tru:] [dɪ'vəʊʃn] .
" This should be the wish , or rather the aim , of all true devotion .
" 这 应该 是 这 希望 , 或者 相当 这 目的 , 的 全部 真的 虔诚 .

“这应该是所有真正虔诚之人的愿望，或者说目标。”

[smɔ:l] ['vɜ:tju:z] [rɪ'kwaɪə(r)][ðə; ði] [preɪz] [ɒv; əv][mæn][tu:; tə] [sə'steɪn] [ðem; ðəm] ,
Small virtues require the praise of man to sustain them ,
小的 美德 要求 这 称赞 的 男人 到 维持 他们 ,

微小的美德需要人的赞扬才能维系。

[dʒʌst][æz; əz]['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] [rɪ'kwaɪə(r)] [ɪn'kʌrɪdʒmənt] [tu:; tə] [wɔ:k] [ɔ:(r)][stænd] [ə'ləʊn] .
just as little children require encouragement to walk or stand alone .
只是 作为 小的 孩子们 要求 鼓励 到 走 或者 站立 独自的 .

就像小孩子需要鼓励才能走路或独自站立一样。

[bʌt; bət] [tru:] ['vɜ:tʃu:] [gəʊz] ['kwaɪətli] [θru:] [ðə; ði] [wɜ:ld] , ['skætərɪŋ] [gʊd] [ə'raʊnd] , [ænd; ənd]
But true virtue goes quietly through the world , scattering good around , and
但 真的 美德 去 悄悄 通过 这 世界 , 散射 好的 大约 , 和
[pə'fɔ:mɪŋ] ['nəʊb(ə)l] [di:dz] ,
performing noble deeds ,
表演 高贵 契约 ,

但真正的美德是默默地在世间传播善行，做出高尚的举动。

[wɪ'ðaʊt] ['i:v(ə)n][ðə; ði] ['nɒlɪdʒ] [ðæt] [wɒt] [ˌaɪ 'ti:] [dʌz] [ɪz][hə'rəʊɪk] .
without even the knowledge that what it does is heroic .
没有 甚至 这 知识 那 什么 它 做 是 英勇 .

他甚至不知道自己的行为是英勇的。

[ˌɛksˌaɪ'viː] .

XIV	.
十四	.

十四、

[es] . [ʃɑ̃ː'tɑːl] [wʌn] [deɪ] [wɒz; wəz] [ɪk'skjuːzɪŋ] [hɜː'self] [tuː; tə] [es] . [fræn'swɑː] [diː] ['seɪlz] [fɔː(r); fə(r)] ['hævɪŋ]

S	.	Chantal	one	day	was	excusing	herself	to	S	.	François	de	Sales	for	having
S	.	尚塔尔	一	天	曾是	借口	她自己	到	S	.	弗朗索瓦	德	销售量	为了	拥有

['spəʊkən] ['heɪstɪli] [tuː; tə] [sʌm; səm] [wʌn] ,

spoken	hastily	to	some	one	,
说	草草	到	一些	一	,

有一天，尚塔尔圣女向弗朗索瓦·德·萨勒圣女告辞，因为她刚才和别人匆忙说了几句话。

[ɒn] [ðə; ði] [pliː] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [wɒz; wəz] [ɪn] [ðə; ði] [kɔːz] [ɒv; əv] ['dʒʌstɪs] .

on	the	plea	that	it	was	in	the	cause	of	justice	.
在	这	恳求	那	它	曾是	在	这	原因	的	正义	.

辩称这是为了伸张正义。

[ðə; ði] [seɪnt] [rɪ'plaɪd] , " [juː; jʊ] [hæv; həv] [biːn] [mɔː(r)] [dʒʌst] [ðæn; ðən] ['raɪtʃəs] ;

The	Saint	replied	,	"	You	have	been	more	just	than	righteous	;
这	圣	回复	,	"	你	有	到过	更多的	只是	比	正义	;

圣人回答说："你比正义还要公正；

[bʌt; bət] [wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [mɔː(r)] ['raɪtʃəs] [ðæn; ðən] [dʒʌst] .

but	we	should	be	more	righteous	than	just	.
但	我们	应该	是	更多的	正义	比	只是	.

但我们应该比公正更加正直。

" ['ɛks'viː] .

"	XV	.
"	十五	.

"十五、

[ə; eɪ] [dɪ'vaʊt] ['wʊmən] [wʌns] [rəʊt] [ðʌs] :

A	devout	woman	once	wrote	thus	:
一个	虔诚的	女士	一次	写道	因此	:

一位虔诚的妇人曾这样写道：

" [ɪn] [maɪ] [əʊn] ['fæməli] [aɪ] [traɪ] [tuː; tə] [biː; bi] [æz; əz] ['lɪt(ə)l] [ɪn] [ðə; ði] [weɪ] [æz; əz] ['pɒsəb(ə)l] ,

"	In	my	own	family	I	try	to	be	as	little	in	the	way	as	possible	,
"	在	我的	自己的	家庭	我	尝试	到	是	作为	小的	在	这	方式	作为	可能的	,

"在自己的家庭中，我尽量不去干涉他们。"

['sætɪsfaɪd] [wɪð] ['evrɪθɪŋ] , [ænd; ənd] ['nevə(r)] [tuː; tə] [bɪ'liːv] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] ['məʊmənt] [ðæt] ['eni] [wʌn]

satisfied	with	everything	,	and	never	to	believe	for	a	moment	that	any	one
使满意	和	一切	,	和	绝不	到	相信	为了	一个	片刻	那	任何	一

[miːnz] [ʌn'kaɪndli] [tə'wɔːdz] [ˌem 'iː] .

means	unkindly	towards	me	.
方法	不友善的	向	我	.

我对一切都感到满意，并且从不相信任何人对我怀有恶意。

" [ɪf] ['piːp(ə)l] [ɑː(r); ə(r)] ['frendli] [ænd; ənd] [kaɪnd] [tuː; tə] [ˌem 'iː] , [ai] [ɪn'dʒɔɪ] [ˌaɪ 'tiː] ; [ɪf] [ðeɪ] [nɪ'glekt] [ˌem 'iː] ,

"	If	people	are	friendly	and	kind	to	me	,	I	enjoy	it	;	if	they	neglect	me	,
"	如果	人们	是	友好的	和	种类	到	我	,	我	享受	它	;	如果	他们	忽视	我	,

"如果人们对我友好和善，我会很开心；如果他们冷落我，

[ɔː(r)] [liːv] [ˌem 'iː] , [ai] [ˌeɪ 'em] ['ɔːlweɪz] ['hæpi] [ə'ləʊn] .

or	leave	me	,	I	am	always	happy	alone	.
或者	离开	我	,	我	是	总是	快乐的	独自的	.

或者离开我，我一个人也很快乐。

[ˌaɪ 'tiː][ɔːl] [tend] [tuː; tə][maɪ][wʌn] [eɪm] , [fə'getflnəs] [ɒv; əv][self][ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [pliːz] [gɒd] .

It	all	tends	to	my	one	aim	,	forgetfulness	of	self	in	order	to	please	God	.
它	全部	倾向于	到	我的	一	目的	,	健忘	的	自己	在	命令	到	请	上帝	.

这一切都指向我的一个目标：忘却自我，从而取悦上帝。

" [ˌɛks'viː'aɪ] .

"	XVI	.
"	十六	.

“十六、

['lɜːnɪŋ] [ɪz][nɒt] [wɪ'ðaʊt] [ɪts] [ɪ'fekt] [ə'pɒn][ðə; ði][səʊl] ;

Learning	is	not	without	its	effect	upon	the	soul	;
学习	是	不是	没有	它是	影响	之上	这	灵魂	;

学习对心灵是有影响的；

[ˌaɪ 'tiː]['aɪðə(r)] [lend] [ˌaɪ 'tiː] [wɪŋz] [tuː; tə][beə(r)][ˌaɪ 'tiː] [ʌp] [tuː; tə] [gɒd] , [ɔː(r)] [liːvz] [bɪ'haɪnd][ˌaɪ 'tiː]['taɪni] [spɑːks] ,

it	either	lends	it	wings	to	bear	it	up	to	God	,	or	leaves	behind	it	tiny	sparks	,
它	任何一个	借贷	它	翅膀	到	熊	它	向上	到	上帝	,	或者	树叶	在后面	它	微小的	火花	,

它要么借着翅膀将它带到上帝面前，要么留下微小的火花。

[wɪtʃ] ['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] [kən'sjuːm] [ðə; ði] [həʊl] ['biːɪŋ] .

which	little	by	little	consume	the	whole	being	.
哪个	小的	经过	小的	消耗	这	所有的	存在	.

它会一点一点地吞噬整个生命。

[ɪf] [juː; jʊ] [wʊd] [ˌæsə'teɪn] [ɔːl][ðə; ði] [gʊd] [ɔː(r)] [ɪl] [juː; jʊ][hæv; həv] [dɪ'raɪvd] [frɒm; frəm][ɔːl] [ðəʊz] ['aʊəz] [dɪ'vəʊtɪd] [tuː; tə] [hɪ'stɔːriənz] ,

If	you	would	ascertain	all	the	good	or	ill	you	have	derived	from	all	those	hours	devoted	to	historians	,
如果	你	会	探明	全部	这	好的	或者	患病的	你	有	衍生的	从	全部	那些	小时	奉献	到	历史学家	,

如果你想弄清楚你从所有花在研究历史学上的时间中获得了哪些好处或坏处，

['poʊəts] , ['nɑːvəlɪsts] , [ɔː(r)] [fə'lɑːsəfərz] , [pʊt] [tuː; tə] [jɔː'self] [ðiːz] ['kwestʃənz] : [sɪns] [ə'kwaɪərɪŋ] [ðɪs] ['nɒlɪdʒ] , [ˌeɪ 'em][aɪ]['waɪzə(r)] ?

poets	,	novelists	,	or	philosophers	,	put	to	yourself	these	questions	:	Since	acquiring	this	knowledge	,	am	I	wiser	?
诗人	,	小说家	,	或者	哲学家	,	放	到	你自己	这些	问题	:	自从	收购	这	知识	,	是	我	更明智	?

诗人、小说家或哲学家们，请扪心自问：自从获得这些知识以来，我变得更睿智了吗?

[ˌeɪ 'em][aɪ]['betə(r)] ?

am	I	better	?
是	我	更好的	?

我的情况好转了吗?

[ˌeɪ 'em][aɪ] ['hæpɪə] ?

am	I	happier	?
是	我	更快乐	?

我更快乐了吗?

['waɪzə(r)] ? — [ðæt] [ɪz][tuː; tə] [seɪ] , [mɔː(r)][self] - [kən'trəʊld] , [les] [ðə; ði] [sleɪv] [ɒv; əv][maɪ] ['pæʃ(ə)nz] ,

Wiser	?	—	That	is	to	say	,	more	self	-	controlled	,	less	the	slave	of	my	passions	,
更明智	?	—	那	是	到	说	,	更多的	自己	-	受控	,	较少的	这	奴隶	的	我的	激情	,

更明智？——也就是说，更有自制力，更少受欲望的奴役。

[les] ['ɪrɪteɪtɪd] [baɪ] [smɔːl] [vek'seiʃən] , ['breɪvə(r)][ɪn] ['beərɪŋ] [mis'fɔːtʃənz] , [mɔː(r)] ['keəf(ə)l] [tuː; tə][lɪv; laɪv]
less irritated by small vexations , braver in bearing misfortunes , more careful to live
较少的 受刺激 经过 小的 烦恼 , 更勇敢 在 轴承 不幸 , 更多的 小心 到 居住
[fɔː(r); fə(r)] [ɪ'tɜːnəti] ?
for eternity ?
为了 永恒 ?

不易被小事烦扰，更勇敢地面对不幸，更注重为永生而活?

['betə(r)] ? — [mɔː(r)] [fɔː'beərɪŋ] [tə'wɔːdz] ['ʌðə(r)z] , [mɔː(r)] [fə'gɪvɪŋ] , [les] [ʌn'tʃærɪtəb(ə)l] , [mɔː(r)]
Better ? — More forbearing towards others , more forgiving , less uncharitable , more
更好的 ? — 更多的 忍耐 向 其他的 , 更多的 宽恕 , 较少的 不仁慈的 , 更多的
['retɪs(ə)nt][ɪn] [ə'pəʊzɪŋ] [ðə; ði] [fɔːlts] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] ,
reticent in opposing the faults of others ,
沉默寡言 在 反对 这 故障 的 其他的 ,

好些了吗? ——对他人更宽容，更宽容，更少刻薄，更不愿直接指出他人的缺点。

[mɔː(r)] [sə'lɪsɪtəs] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['hæpinəs] [ɒv; əv] [ðəʊz] [ə'raʊnd] [ˌem 'iː] ?
more solicitous for the happiness of those around me ?
更多的 殷勤 为了 这 幸福 的 那些 大约 我 ?

更关心身边人的幸福?

['hæpɪə] ? — [ðæt] [wʊd] [miːn] [mɔː(r)] [kən'tentɪd] [wɪð] [maɪ]['steɪʃ(ə)n][ɪn][laɪf] ,
Happier ? — That would mean more contented with my station in life ,
更快乐 ? — 那 会 意思是 更多的 满足 和 我的 车站 在 生活 ,

更快乐? ——那意味着我对自己的生活现状更满意。

['straɪvɪŋ] [tuː; tə] [dɪ'raɪv] [ɔːl]['pɒsəb(ə)l] ['benɪfɪts] [frɒm; frəm][ˌaɪ 'tiː] , [tuː; tə] ['bjuːtɪfaɪ] ['rɑːðə(r)][ðæn; ðən][tuː; tə]
striving to derive all possible benefits from it , to beautify rather than to
努力 到 派生 全部 可能的 好处 从 它 , 到 美化 相当 比 到
['ɔːltə(r)][ˌaɪ 'tiː] ?
alter it ?
改变 它 ?

力求从中获取所有可能的益处，美化而非改变它?

[hæv; həv][aɪ][mɔː(r)] [feɪθ] [ɪn][gɒd] , [ænd; ənd][mɔː(r)] ['kɑːmnəs] [ænd; ənd][ˌrezɪg'neɪʃ(ə)n][ɪn][ɔːl][ðə; ði] [ɪ'vents]
Have I more faith in God , and more calmness and resignation in all the events
有 我 更多的 信仰 在 上帝 , 和 更多的 平静 和 辞职 在 全部 这 活动
[ɒv; əv][laɪf] ?
of life ?
的 生活 ?

我对上帝的信仰是否更加坚定，面对人生中的种种事件是否更加平静和顺从?

[ɪf] [juː; jʊ] ['kænɒt] [rɪ'plaɪ][ɪn][ðə; ði] [ə'fɜːmətɪv] , [ðen] [ɪg'zæmɪn] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] ['θʌrəli] , [ænd; ənd]
If you cannot reply in the affirmative , then examine your heart thoroughly , and
如果 你 不能 回复 在 这 肯定 , 然后 检查 你的 心 彻底 , 和
[juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd][ðeə(r)] ,
you will find there ,
你 将要 寻找 那里 ,

如果你不能给出肯定的回答，那么请彻底审视你的内心，你会在那里找到答案。

['staɪflɪŋ] [ðə; ði] [gʊd] [ðæt] [gɒd][hæz; həz] [ɪm'plɑːntɪd] , [ðiːz] [θriː] ['tairənt] [ðæt] [hæv; həv] [əb'teɪnd]
stifling the good that God has implanted , these three tyrants that have obtained
令人窒息 这 好的 那 上帝 有 植入式 , 这些 三 暴君 那 有 获得
[də'mɪnjən] ['əʊvə(r)] , [juː; jʊ] : ([wʌn] .)
dominion over , you : (1 .)
统治权 超过 , 你 : (1 .)

扼杀上帝所栽种的美好，这三个暴君统治着你们：(1.)

[praɪd] ; ([ˌtuː'tuː] .)
Pride ; (2 .)
自豪 ; (2 .)

骄傲；(2)

[æm'bɪʃ(ə)n] ; ([θriː] .)
Ambition ; (3 .)
志向 ; (3 .)

抱负；(3)

[self] - [kən'siːt] .
Self - conceit .
自己 - 自负 .

自负。

[frɒm; frəm][ðem; ðəm][hæv; həv] [sprʌŋ] : [ˌdɪsˌsætɪs'fækʃn] [ænd; ənd] [kən'tempt] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)][laɪf]
From them have sprung : dissatisfaction and contempt of your life
从 他们 有 弹簧 : 不满 和 鄙视 的 你的 生活
[ænd; ənd][ɪts] [sə'raʊndɪŋz] , ['restləsnəs] ,
and its surroundings , restlessness ,
和 它是 周围环境 , 躁动不安 ,

由此产生了：对生活及其周围环境的不满和蔑视，以及躁动不安。

[ə; eɪ] ['lɒŋɪŋ] [fɔː(r); fə(r)]['paʊə(r)][ænd; ənd] [də'mɪnjən] ['əʊvə(r)] ['ʌðə(r)z] , ['mælɪs] , [hə'bɪtʃuəl] [ˌdɪskən'tent] ,
a longing for power and dominion over others , malice , habitual discontent ,
一个 渴望 为了 力量 和 统治权 超过 其他的 , 恶意 , 习惯性的 不满 ,
[ænd; ənd] [ɪn'ses(ə)nt] [m'ɜːməɹɪŋz] .
and incessant murmurings .
和 不停歇 低语 .

对权力和统治他人的渴望、恶意、习惯性的不满和不停的抱怨。

[hæv; həv][juː; jʊ] ['eni] ['fɜːðə(r)] [daut] ?
Have you any further doubts ?
有 你 任何 更远 疑虑 ?

您还有其他疑问吗?

[ðen] [ɪn'kwaɪə(r)][ɒv; əv] [ðəʊz] [wɪð] [huːm] [juː; jʊ][lɪv; laɪv] .
Then inquire of those with whom you live .
然后 查询 的 那些 和 谁 你 居住 .

然后询问与你同住的人。

[ɑː] !
Ah !
啊 !

啊!

[ɪf] [ðɪs] [biː; bi] [ɪn'diːd] [ðə; ði][sæd] [rɪ'zʌlt] , [ðen] , [wɒt'evə(r)] [meɪ] [biː; bi][jɔː(r); jə(r)][eɪdʒ] , [kləʊz] , [əʊ] !
if this be indeed the sad result , then , whatever may be your age , close , oh !
如果 这 是 的确 这 伤心 结果 , 然后 , 任何 可能 是 你的 年龄 , 关闭 , 哦 !

如果这确实是令人悲伤的结果，那么，无论你多大年纪，都快要死了!

[kləʊz] [ðəʊz] [bʊks] ,
close those books ,
关闭 那些 图书 ,

合上书本。

[ænd; ənd] [siːk] [wʌns] [mɔː(r)] [ðəʊz] [tuː] ['elɪmənts] [ɒv; əv] ['hæpinəs] [juː; jʊ] [ɔːt] ['nevə(r)][tuː; tə]
and seek once more those two elements of happiness you ought never to
和 寻找 一次 更多的 那些 二 元素 的 幸福 你 应该 绝不 到
[hæv; həv] [fə'seɪkən] ,
have forsaken ,
有 被遗弃的 ,

重新去追寻那两个你本不该放弃的幸福要素吧。

[ænd; ənd] [wɪtʃ] , [hæd; həd][juː; jʊ] [meɪd] [ðem; ðəm][ðə; ði] [kəm'pænjənz] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] ['stʌdi] ,
and which , had you made them the companions of your study ,
和 哪个 , 有 你 制成 他们 这 同伴 的 你的 学习 ,

如果你让他们成为你学习的伙伴，他们会是什么样的呢?

[wʊd] [hæv; həv] [kept] [juː; jʊ][pjʊə(r)][ænd; ənd] [gʊd] .

would	have	kept	you	pure	and	good	.
会	有	保留	你	纯的	和	好的	.

会让你保持纯洁善良。

[ai][rɪˈfɜː(r)][tuː; tə] [preə(r)] [ænd; ənd]['mænjuəl]['leɪbə(r)] .

I	refer	to	prayer	and	manual	labor	.
我	参考	到	祷告	和	手动的	劳动	.

我指的是祈祷和体力劳动。

[ˌɛksˌviːˈaɪˈaɪ] .

XVII	.
十七	.

十七、

['lɪs(ə)n] [tuː; tə][ðə; ði] ['stɔːri] [ɒv; əv][ə; eɪ]['sɪmp(ə)l] ['ʃepəd] , ['gɪv(ə)n][ɪn][hɪz; ɪz] [əʊn] [wɜːdz] :

Listen	to	the	story	of	a	simple	shepherd	,	given	in	his	own	words	:
听	到	这	故事	的	一个	简单的	牧羊人	,	给定	在	他的	自己的	字	:

听听一位普通牧羊人用他自己的话语讲述的故事：

" [ai] [fəˈget] [naʊ] [huː] [ˌaɪ ˈtiː][wɒz; wəz] [ðæt] [wʌns] [sed] [tuː; tə][ˌem ˈiː] , - [dʒiːn] [bæpˈtiːst] , [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)]

"	I	forget	now	who	it	was	that	once	said	to	me	,	'	Jean	Baptiste	,	you	are
"	我	忘记	现在	WHO	它	曾是	那	一次	说	到	我	,	-	让	巴蒂斯特	,	你	是

['veri] [pɔː(r); pʊə(r)] ?

very	poor	?
非常	贫穷的	?

“我现在忘了是谁曾经对我说：‘让·巴蒂斯特，你很穷？’”

- — [truː] . — - [ɪf] [juː; jʊ] [fel] [ɪl] , [jɔː(r); jə(r)] [waɪf] [ænd; ənd] ['tʃɪldrən] [wʊd] [biː; bi] ['destɪtjuːt] ? - —

-	—	True	.	—	-	If	you	fell	ill	,	your	wife	and	children	would	be	destitute	?	'	—
-	—	真的	.	—	-	如果	你	跌倒	患病的	,	你的	妻子	和	孩子们	会	是	贫困	?	-	—

[truː] .

True	.
真的	.

“——是的。”——“如果你生病了，你的妻子和孩子就会一贫如洗吗？”——是的。

[ænd; ənd] [ðen] [ai] [felt] ['æŋkʃəs] [ænd; ənd] [ʌn'iːzi] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [rest] [ɒv; əv][ðə; ði] [deɪ] . "

And	then	I	felt	anxious	and	uneasy	for	the	rest	of	the	day	.	"
和	然后	我	毛毡	焦虑的	和	不安	为了	这	休息	的	这	天	.	"

然后，我一整天都感到焦虑不安。

" [æt; ət] ['iːvnsɒŋ] ['waɪzə(r)] [θɔːts] [keɪm] [tuː; tə][ˌem ˈiː] , [ænd; ənd][ai] [sed] [tuː; tə][maɪ'self] : [dʒiːn]

"	At	Evensong	wiser	thoughts	came	to	me	,	and	I	said	to	myself	:	Jean
"	在	晚祷	更明智	想法	来了	到	我	,	和	我	说	到	我	:	让

[bæpˈtiːst] ,

Baptiste	,
巴蒂斯特	,

“在晚祷时，我心中涌现出更睿智的想法，我对自己说：让·巴蒂斯特，

[fɔː(r); fə(r)][mɔː(r)][ðæn; ðən] ['θɜːti] [j'iəz] [juː; jʊ][hæv; həv][lɪvd; 'laɪvd][ɪn][ðə; ði] [wɜːld] , [juː; jʊ][hæv; həv]['nevə(r)]

for	more	than	thirty	years	you	have	lived	in	the	world	,	you	have	never
为了	更多的	比	三十	年	你	有	居住地	在	这	世界	,	你	有	绝不

[pəˈzest] ['eniθɪŋ] ,

possessed	anything	,
拥有	任何事物	,

你活在这个世界上三十多年，却从未拥有过任何东西。

[jet] [stɪl] [juː; jʊ][lɪv; laɪv][ɒn] , [ænd; ənd][hæv; həv] [biːn] [prə'vaɪdɪd] [iːtʃ] [deɪ] [wɪð] ['nʌrɪʃmənt] , [iːtʃ]

yet	**still**	**you**	**live**	**on**	**,**	**and**	**have**	**been**	**provided**	**each**	**day**	**with**	**nourishment**	**,**	**each**
然而	仍然	你	居住	在	,	和	有	到过	假如	每个	天	和	营养	,	每个

[naɪt] [wɪð] [rɪ'pəʊz] .

night	**with**	**repose**	**.**
夜晚	和	休息	.

然而，你依然活着，每天都得到食物，每晚得到休息。

[ɒv; əv] ['trʌb(ə)l] [gɒd] [hæz; həz]['nevə(r)] [sent] [juː; jʊ][mɔː(r)][ðæn; ðən][jɔː(r); jə(r)] [ʃeə(r)] .

Of	**trouble**	**God**	**has**	**never**	**sent**	**you**	**more**	**than**	**your**	**share**	**.**
的	麻烦	上帝	有	绝不	发送	你	更多的	比	你的	分享	.

上帝赐给你的苦难从未超过你应得的那一份。

[ɒv; əv] [help] [ðə; ði] [miːnz] [hæv; həv]['nevə(r)] [feɪld] [juː; jʊ] .

Of	**help**	**the**	**means**	**have**	**never**	**failed**	**you**	**.**
的	帮助	这	方法	有	绝不	失败的	你	.

帮助的手段从未让你失望过。

[tuː; tə] [huːm] [duː; də][juː; jʊ] [əʊ] [ɔːl] [ðɪs] ?

To	**whom**	**do**	**you**	**owe**	**all**	**this**	**?**
到	谁	做	你	欠	全部	这	?

这一切你都归功于谁?

[tuː; tə] [gɒd] .

To	**God**	**.**
到	上帝	.

献给上帝。

[dʒiːn] [bæp'tiːst] , [biː; bi][nəʊ][lɒŋgə(r)] [ʌn'greɪtf(ə)l] , [ænd; ənd] ['bænɪʃ] [ðəʊz] ['æŋkʃəs] [θɔːts] ;

Jean	**Baptiste**	**,**	**be**	**no**	**longer**	**ungrateful**	**,**	**and**	**banish**	**those**	**anxious**	**thoughts**	**;**
让	巴蒂斯特	,	是	不	更长	忘恩负义	,	和	放逐	那些	焦虑的	想法	;

让·巴蒂斯特，不要再忘恩负义，摒弃那些焦虑的念头吧；

[fɔː(r); fə(r)] [wɒt] [kʊd; kəd]['evə(r)] [ɪn'djuːs] [juː; jʊ][tuː; tə] [θɪŋk] [ðæt] [ðə; ði][hænd][frɒm; frəm] [wɪtʃ] [juː; jʊ]

for	**what**	**could**	**ever**	**induce**	**you**	**to**	**think**	**that**	**the**	**Hand**	**from**	**which**	**you**
为了	什么	可以	曾经	诱导	你	到	思考	那	这	手	从	哪个	你

[hæv; həv] [ɔːl'redi] [rɪ'siːvd] [səʊ] [mʌtʃ] ,

have	**already**	**received**	**so**	**much**	**,**
有	已经	已收到	所以	很多	,

究竟是什么让你认为，那只已经给予你如此之多的手，

[wʊd] [kləʊz] [ə'genst] [juː; jʊ] [wen] [juː; jʊ] [grəʊ] [əʊld] , [ænd; ənd][hæv; həv]['greɪtə(r)] [niːd] [ɒv; əv][help] ?

would	**close**	**against**	**you**	**when**	**you**	**grow**	**old**	**,**	**and**	**have**	**greater**	**need**	**of**	**help**	**?**
会	关闭	反对	你	什么时候	你	生长	老的	,	和	有	更大的	需要	的	帮助	?

当你年老体衰、更需要帮助时，他们会拒绝为你服务吗?

[aɪ] ['fɪnɪʃt] [maɪ] [preə(r)] , [ænd; ənd] [felt] [æt; ət] [piːs] .

I	**finished**	**my**	**prayer**	**,**	**and**	**felt**	**at**	**peace**	**.**
我	完成的	我的	祷告	,	和	毛毡	在	和平	.

我祷告完毕，感到内心平静。

" [ˌɛksˌviː'aɪaɪaɪ] .

"	**XVIII**	**.**
"	十八	.

“十八.

[ðə; ði] [wɜːk] [ɒv; əv][ðə; ði]['səʊə(r)][ɪz]['gɪv(ə)n][tuː; tə] [iːtʃ] [ɒv; əv][juː 'es][ɪn] [ðɪs] [wɜːld] ,

The	**work**	**of**	**the**	**Sower**	**is**	**given**	**to**	**each**	**of**	**us**	**in**	**this**	**world**	**,**
这	工作	的	这	播种者	是	给定	到	每个	的	我们	在	这	世界	,

撒种者的工作赋予我们每个人在这个世界上的使命。

[ænd; ənd][wiː; wi][fɔːl] [ʃɔːt] [ɒv; əv]['aʊə(r)]['djuːti] [wen] [wiː; wi][let] [ðəʊz] [wɪð] [huːm] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)]

and	we	fall	short	of	our	duty	when	we	let	those	with	whom	we	are
和	我们	落下	短的	的	我们的	责任	什么时候	我们	让	那些	和	谁	我们	是

[brɔːt] [ɪn]['kɒntækt] [liːv] [ˌjuː 'es] [wɪ'ðaʊt] ['hævɪŋ] ['gɪv(ə)n][ðem; ðəm][ə; eɪ][kaɪnd] [θɔːt] [ɔː(r)]['paɪəs]

brought	in	contact	leave	us	without	having	given	them	a	kind	thought	or	pious
带来	在	接触	离开	我们	没有	拥有	给定	他们	一个	种类	想法	或者	虔诚的

[ɪm'preʃ(ə)n] .

impression	.
印象	.

当我们让与我们接触的人离开时，没有给他们留下善意的印象或虔诚的印象，我们就失职了。

['nʌθɪŋ] [ɪz][səʊ][sæd][æz; əz][ðə; ðɪ][kraɪ] , " [aɪ][ˌeɪ 'em] ['juːsləs] !

Nothing	is	so	sad	as	the	cry	,	"	I	am	useless	!
没有什么	是	所以	伤心	作为	这	哭	,	"	我	是	无用	!

没有什么比“我没用了！”的哭喊更悲伤的了。

" ['hæpɪli] [nʌn] [niːd] ['evə(r)][biː; bi][səʊ] .

"	Happily	none	need	ever	be	so	.
"	快乐地	没有任何	需要	曾经	是	所以	.

“幸运的是，这种情况永远不会发生。”

[ə; eɪ][kaɪnd] [wɜːd] , [ə; eɪ]['dʒent(ə)l][ækt] , [ə; eɪ] ['mɒdɪst] [dɪ'miːnə(r)] , [ə; eɪ] ['lʌvɪŋ] [smaɪl] ,

A	kind	word	,	a	gentle	act	,	a	modest	demeanor	,	a	loving	smile	,
一个	种类	单词	,	一个	温和的	行为	,	一个	谦虚的	风度	,	一个	爱	微笑	,

一句温暖的话语，一个温柔的举动，谦逊的举止，一个充满爱意的微笑，

[ɑː(r); ə(r)][æz; əz][səʊ] ['meni] [siːdz] [ðæt] [wiː; wi][kæn; kən]['skætə(r)] ['evri] ['məʊmənt][ɒv; əv]['aʊə(r)][laɪvz; lɪvz] ,

are	as	so	many	seeds	that	we	can	scatter	every	moment	of	our	lives	,
是	作为	所以	许多	种子	那	我们	能	分散	每一个	片刻	的	我们的	生活	,

就像无数的种子，我们可以在生命中的每一刻播撒它们。

[ænd; ənd] [wɪtʃ] [wɪl] ['ɔːlweɪz] [sprɪŋ] [ʌp] [ænd; ənd][beə(r)] [fruːt] .

and	which	will	always	spring	up	and	bear	fruit	.
和	哪个	将要	总是	春天	向上	和	熊	水果	.

而且它们总会不断生长结果。

['hæpi] [ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] [huː] [hæv; həv] ['meni] [ə'raʊnd] [ðem; ðəm] . . .

Happy	are	those	who	have	many	around	them	.	.	.
快乐的	是	那些	WHO	有	许多	大约	他们	.	.	.

身边人多的人有福了.....

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [rɪtʃ] [ɪn] [ˌɒpə'tjuːnətiz] , [ænd; ənd] [meɪ] [səʊ] [pl'ɛntiəsli] .

they	are	rich	in	opportunities	,	and	may	sow	plenteously	.
他们	是	富有的	在	机会	,	和	可能	母猪	大量	.

它们蕴藏着丰富的机遇，并且可能会带来丰硕的成果。

[ˌɛksˌaɪ'ɛks] .

XIX	.
十九	.

十九、

[fjuː] [pə'zɪʃnz] [ɪn] [laɪf] [ɑː(r); ə(r)] [səʊ] [fʊl] [ɒv; əv] [ˌɪmpɔː'tjuːnəti] [æz; əz] [ðæt] [ɒv; əv][ðə; ðɪ] ['mʌðə(r)] [ɒv; əv]

Few	positions	in	life	are	so	full	of	importunities	as	that	of	the	mother	of
很少	职位	在	生活	是	所以	满的	的	纠缠	作为	那	的	这	母亲	的

[ə; eɪ]['fæməli] ,

a	family	,
一个	家庭	,

人生中很少有哪个职位像一家之主的母亲那样充满各种殷勤和恳求。

[ɔː(r)] ['mɪstrəs] [ɒv; əv][ə; eɪ] [haʊs] .

or	mistress	of	a	house	.
或者	情妇	的	一个	房子	.

或者女主人。

[ʃiː; ʃi] [meɪ] [hæv; həv][ə; eɪ]['dʌz(ə)n] [ˌɪntə'rʌpʃənz] [waɪl] ['raɪtɪŋ] [wʌn]['letə(r)] , [ɔː(r)]['set(ə)lɪŋ] [æn; ən]

She	may	have	a	dozen	interruptions	while	writing	one	letter	,	or	settling	an
她	可能	有	一个	打	中断	尽管	写作	一	信	，	或者	安顿	一个

[ə'kaʊnt] .

account	.
帐户	.

她写一封信或结算账目时，可能会被打断十几次。

[wɒt] ['həʊlinəs] , [wɒt] [self] - [kən'trəʊl] , [ɪz] ['niːdɪd] [tuː; tə][biː; bi]['ɔːlweɪz] [kɑːm][ænd; ənd] [ʌn'rʌfld]

What	holiness	,	what	self	-	control	,	is	needed	to	be	always	calm	and	unruffled
什么	圣洁	，	什么	自己	-	控制	，	是	需要	到	是	总是	冷静的	和	镇定自若

[ə'mɪd] [ðiːz] ['lɪt(ə)l] [vek'seiʃən] ,

amid	these	little	vexations	,
之中	这些	小的	烦恼	，

面对这些小小的烦恼，需要何等的圣洁和自制力才能始终保持平静和沉着？

[ænd; ənd]['nevə(r)][tuː; tə]['mænɪfest][ðə; ði] ['slaɪtɪst] [ɪm'peɪʃ(ə)ns] !

and	never	to	manifest	the	slightest	impatience	!
和	绝不	到	显现	这	丝毫	不耐烦	！

而且绝不能表现出丝毫的不耐烦！

['liːvɪŋ] [ðə; ði] [wɜːk] [wɪ'ðaʊt] [ə'pærənt] [ə'nɔɪəns] , [ri'plai] [wɪð] [ə; eɪ] [smaɪl] [ə'pɒn][ðə; ði][lɪps] ,

Leaving	the	work	without	apparent	annoyance	,	replying	with	a	smile	upon	the	lips	,
离开	这	工作	没有	明显	烦恼	，	回复	和	一个	微笑	之上	这	嘴唇	，

他面不改色地离开工作岗位，脸上带着微笑。

[ə'weɪtɪŋ] ['peɪʃntli] [ðə; ði][end][ɒv; əv][ə; eɪ] [lɒŋ] [ˌkɒnvə'seɪʃ(ə)n] ,

awaiting	patiently	the	end	of	a	long	conversation	,
等待中	耐心	这	结尾	的	一个	长的	对话	，

耐心等待漫长谈话结束，

[ænd; ənd] ['faɪnəli] [rɪ'tɜːnɪŋ] ['kɑːmli] [tuː; tə][ðə; ði] [jet] [ʌn'fɪnɪʃt] [wɜːk] — [ɔːl] [ðɪs] [ɪz][ðə; ði][saɪn][ɒv; əv]

and	finally	returning	calmly	to	the	yet	unfinished	work	—	all	this	is	the	sign	of
和	最后	返回	平静地	到	这	然而	未完成	工作	—	全部	这	是	这	符号	的

[ə; eɪ] [ˌrekə'lektɪd] [səʊl] ,

a	recollected	soul	,
一个	回忆	灵魂	，

最后平静地回到尚未完成的工作中——这一切都是一颗沉思之心的标志。

[ænd; ənd][wʌn] [ðæt] [weɪts] [ə'pɒn] [gɒd] .

and	one	that	waits	upon	God	.
和	一	那	等待	之上	上帝	.

以及一位等候上帝的人。

[əʊ] ! [wɒt] ['blesɪŋz] [ɑː(r); ə(r)] [ʃed] [ə'raʊnd] [ðem; ðəm][baɪ] [sʌtʃ] ['peɪʃ(ə)nt] [səʊlz] . . . [bʌt; bət] , [ə'læs] !

Oh	!	what	blessings	are	shed	around	them	by	such	patient	souls	.	.	.	but	,	alas	!
哦	！	什么	祝福	是	棚	大约	他们	经过	这样的	病人	灵魂	.	.	.	但	，	唉	！

哦！如此耐心善良的人们给他们带来了多少祝福啊……但是，唉！

[haʊ] ['reəli] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][tuː; tə][biː; bi][met] [wɪð] !

how	rarely	they	are	to	be	met	with	!
如何	很少	他们	是	到	是	遇见	和	！

真是难得一见！

['eks 'eks] .

XX	.
xx	.

XX.

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [taɪmz] [ɪn] [wʌnz] [laɪf] [wen] [ɔːl][ðə; ði] [wɜːld] [siːm] [tuː; tə] [tɜːn] [ə'genst] [ˌjuː 'es] .

There	are	times	in	one's	life	when	all	the	world	seems	to	turn	against	us	.
那里	是	时代	在	一个人的	生活	什么时候	全部	这	世界	似乎	到	转动	反对	我们	.

人生中总会有那么一些时刻，感觉全世界都在与我们作对。

['aʊə(r)] ['moʊtɪvz] [ɑː(r); ə(r)] [ˌmɪsʌndə'stʊd] , ['aʊə(r)] [wɜːdz] ['miskən'struː] ,

Our	motives	are	misunderstood	,	our	words	misconstrued	,
我们的	动机	是	被误解	,	我们的	字	误解	,

我们的动机被误解，我们的话语被曲解，

[ə; eɪ] [mə'lɪʃəs] [smaɪl] [ɔː(r)][æn; ən][ʌn'kaɪnd] [wɜːd] [rɪ'viːlz] [tuː; tə][ju: 'es][ðə; ði] [ʌn'frendli] ['fiːlɪŋz] [ɒv; əv]

a	malicious	smile	or	an	unkind	word	reveals	to	us	the	unfriendly	feelings	of
一个	恶意	微笑	或者	一个	不友善	单词	揭示	到	我们	这	不友好	情怀	的

['ʌðə(r)z] .

others	.
其他的	.

恶意的微笑或刻薄的话语，会向我们揭示他人不友好的情绪。

['aʊə(r)] [əd'vɑːnsɪz] [ɑː(r); ə(r)] [ri'pʌls] , [ɔː(r)] [met] [wɪð] ['aɪsi] ['kəʊldnəs] ;

Our	advances	are	repulsed	,	or	met	with	icy	coldness	;
我们的	进展	是	反感	,	或者	遇见	和	冰冷的	寒冷	;

我们的努力遭到拒绝，或者被冷遇；

[ə; eɪ][draɪ][rɪ'fjuːz(ə)l] [ə'rests] [ɒn]['aʊə(r)][lɪps][ðə; ði]['ɒfə(r)][ɒv; əv] [help] . . . .

a	dry	refusal	arrests	on	our	lips	the	offer	of	help	.	.	.	.
一个	干燥	拒绝	逮捕	在	我们的	嘴唇	这	提供	的	帮助	.	.	.	.

我们冷冷地拒绝了提供帮助的提议……

[əʊ] , [haʊ] [hɑːd][ˌaɪ 'tiː][ɔːl] [siːm] , [ænd; ənd][ðə; ði][mɔː(r)][səʊ] [ðæt] [wiː; wi] ['kænɒt] [dɪ'vaɪn][ðə; ði] [kɔːz] !

Oh	,	how	hard	it	all	seems	,	and	the	more	so	that	we	cannot	divine	the	cause	!
哦	,	如何	难的	它	全部	似乎	,	和	这	更多的	所以	那	我们	不能	神圣的	这	原因	!

哦，这一切似乎多么艰难啊，更何况我们无法探究其原因!

['kʌrɪdʒ] , ['peɪʃ(ə)ns] , [pɔː(r); pʊə(r)] [dɪs'kɒnsələt] [wʌn] !

Courage	,	patience	,	poor	disconsolate	one	!
勇气	,	耐心	,	贫穷的	沮丧的	一	!

勇气，耐心，可怜的、沮丧的人!

[gɒd] [ɪz] ['meɪkɪŋ] [ə; eɪ] ['fʌrəʊ] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] , [weə(r)] [hiː; hi] [wɪl] ['ʃʊəli; 'ʃɔːli] [səʊ] [hɪz; ɪz] [greɪs] .

God	is	making	a	furrow	in	your	heart	,	where	He	will	surely	sow	His	grace	.
上帝	是	制作	一个	畦	在	你的	心	,	在哪里	他	将要	一定	母猪	他的	优雅	.

上帝正在你的心中开辟一条道路，祂必将在那里播撒祂的恩典。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][reə(r)] [wen] [ɪn'dʒʌstɪs] , [ɔː(r)] [slaɪt] ['peɪʃntli] [bɔːn] ,

It	is	rare	when	injustice	,	or	slights	patiently	borne	,
它	是	稀有的	什么时候	不公正	,	或者	轻蔑	耐心	出生	,

很少有人能忍受不公或轻蔑。

[duː; də] [nɒt] [liːv] [ðə; ði] [hɑːt] [æt; ət][ðə; ði] [kləʊz] [ɒv; əv][ðə; ði] [deɪ] [fɪld] [wɪð] ['mɑːvələs] [dʒɔɪ]

do	not	leave	the	heart	at	the	close	of	the	day	filled	with	marvellous	joy
做	不是	离开	这	心	在	这	关闭	的	这	天	已填	和	奇妙	喜悦

[ænd; ənd] [piːs] .

and	peace	.
和	和平	.

不要让一天结束时，心中充满奇妙的喜悦与平静。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] [siːd] [gɒd] [hæz; həz] [səʊn] , ['sprɪŋɪŋ] [ʌp] [ænd; ənd] ['beərɪŋ] [fruːt] .

It	is	the	seed	God	has	sown	,	springing	up	and	bearing	fruit	.
它	是	这	种子	上帝	有	播种	,	弹簧	向上	和	轴承	水果	.

这是上帝播下的种子，如今正在发芽结果。

[ˌɛks'ɛks'aɪ] .

XXI	.
二十一	.

二十一世纪

[ðæt] [wɪtʃ] [kɒsts] ['lɪt(ə)l] [ɪz] [ɒv; əv] ['lɪt(ə)l] [wɜːθ] .

That	which	costs	little	is	of	little	worth	.
那	哪个	成本	小的	是	的	小的	值得	.

成本低的东西价值也低。

[ðɪs] [θɔːt] [ʃʊd; ʃəd] [meɪk] [ˌjuː 'es] ['tremb(ə)l] .

This	thought	should	make	us	tremble	.
这	想法	应该	制作	我们	颤抖	.

想到这一点，我们应该感到不寒而栗。

[ɪn] ['aʊə(r)] [self] - [ɪgˌzæmɪ'neɪʃ(ə)n] [wiː; wi] [meɪ] [ɪk'spɪəriəns] [æt; ət] [taɪmz] [ə; eɪ] ['sɜːt(ə)n] [ˌsætɪs'fækʃ(ə)n] [ɪn]

In	our	self	-	examination	we	may	experience	at	times	a	certain	satisfaction	in
在	我们的	自己	-	考试	我们	可能	经验	在	时代	一个	肯定	满意	在

['nəʊtɪsɪŋ] [ðə; ði] ['lɪt(ə)l] ['vɜːtjuːz] [wiː; wi] [meɪ] [pə'zes] ,

noticing	the	little	virtues	we	may	possess	,
注意到	这	小的	美德	我们	可能	具有	,

在自我反省的过程中，我们有时会因为注意到自己拥有的一些小美德而感到某种满足感。

[ə'bʌv] [ɔːl] , [ðəʊz] [ðæt] ['rendə(r)] [ˌjuː 'es] ['pliːzɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [aɪz] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] .

above	all	,	those	that	render	us	pleasing	in	the	eyes	of	others	.
多于	全部	,	那些	那	使成为	我们	令人愉悦	在	这	眼睛	的	其他的	.

最重要的是，那些能让我们在别人眼中讨人喜欢的事。

[fɔː(r); fə(r)] ['ɪnstəns] , [wiː; wi] [meɪ] [laɪk] [tuː; tə] [preɪ] [æt; ət] [ə; eɪ] ['sɜːt(ə)n] [pleɪs] , [wɪð] ['sɜːt(ə)n]

For	instance	,	we	may	like	to	pray	at	a	certain	place	,	with	certain
为了	实例	,	我们	可能	喜欢	到	祈祷	在	一个	肯定	地方	,	和	肯定

['sentɪmənts] ,

sentiments	,
情感	,

例如，我们可能喜欢在某个特定的地方，怀着某种特定的情感进行祈祷。

[ænd; ənd] [wiː; wi] [θɪŋk] [ɑː'selvz] [dɪ'vəʊt] ; [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] ['dʒent(ə)l] , [pə'laɪt] , [ænd; ənd] ['smaɪlɪŋ]

and	we	think	ourselves	devout	;	we	are	gentle	,	polite	,	and	smiling
和	我们	思考	我们自己	虔诚的	;	我们	是	温和的	,	有礼貌的	,	和	微笑

[tə'wɔːdz] [wʌn] ['pɜːs(ə)n] [ɪn] [pə'tɪkjələ(r)] ;

towards	one	person	in	particular	;
向	一	人	在	特别的	;

我们自认为虔诚；我们温柔、有礼貌，并且总是面带微笑地对待某个人；

['peɪʃ(ə)nt] [wɪð] [ðəʊz] [wiː; wi] [fɪə(r)] , [ɔː(r)] [ɪn] [huːz] [gʊd] [ə'pɪnjən] [wiː; wi] [wʊd] [stænd] ; [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)]

patient	with	those	we	fear	,	or	in	whose	good	opinion	we	would	stand	;	we	are
病人	和	那些	我们	害怕	,	或者	在	谁	好的	观点	我们	会	站立	;	我们	是

[dɪ'vəʊtɪd] ,

devoted	,
奉献	,

我们耐心对待那些我们害怕的人，或者我们希望得到他们好感的人；我们忠诚，

['tʃærətəbl] , ['dʒenərəs] , [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðə; ði] [hɑːt] [ɪk'spɪrɪənsɪz] [æn; ən] [ʌn'spiːkəb(ə)l] ['pleʒə(r)] [ɪn]

charitable	,	generous	,	because	the	heart	experiences	an	unspeakable	pleasure	in
慈善	,	慷慨的	,	因为	这	心	经历	一个	无法形容	乐趣	在

['spendɪŋ] [ænd; ənd] ['biːɪŋ] [spent] [fɔː(r); fə(r)] ['ʌðə(r)z] ;

spending	and	being	spent	for	others	;
开支	和	存在	花费	为了	其他的	;

乐善好施、慷慨大方，因为为他人付出和被他人付出，能使人内心获得难以言喻的快乐；

[wiː; wi] ['sʌfə(r)] ['wɪlɪŋli] [æt; ət] [ðə; ði] [hændz] [ɒv; əv] [sʌm; səm] [wʌn] [wiː; wi] [lʌv] , [ænd; ənd] [ðen] [seɪ] [wiː; wi]

we	suffer	willingly	at	the	hands	of	some	one	we	love	,	and	then	say	we
我们	遭受	心甘情愿	在	这	双手	的	一些	一	我们	爱	,	和	然后	说	我们

[ɑː(r); ə(r)] ['peɪʃ(ə)nt] ;

are	patient	;
是	病人	;

我们甘愿承受我们所爱之人的伤害，然后说我们很耐心；

[wiː; wi][ɑː(r); ə(r)]['saɪlənt] , [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][hæv; həv][nəʊ] [ˌɪnklɪ'neɪʃn] [tuː; tə] [spiːk] ;

we	are	silent	,	because	we	have	no	inclination	to	speak	;
我们	是	沉默的	,	因为	我们	有	不	倾角	到	说话	;

我们保持沉默，因为我们没有说话的意愿；

['ʃʌnɪŋ] [sə'saɪəti][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][feɪl][tuː; tə] [ʃaɪn] [ðeə(r)] , [ænd; ənd] [ðen] ['fænsi] [ðæt] [wiː; wi] [lʌv]

shunning	society	because	we	fail	to	shine	there	,	and	then	fancy	that	we	love
回避	社会	因为	我们	失败	到	闪耀	那里	,	和	然后	想要	那	我们	爱

[rɪ'taɪəmənt] .

retirement	.
退休	.

因为在社会上无法发光发热而选择疏远社会，然后又幻想自己热爱退休生活。

[teɪk] [ðiːz] ['vɜːtjuːz] [ðæt] [gɪv] [juː; jʊ] [sʌtʃ] [self] - [ˌsætɪs'fækʃ(ə)n] , [wʌn][baɪ][wʌn] , [ænd; ənd][ɑːsk]

Take	these	virtues	that	give	you	such	self	-	satisfaction	,	one	by	one	,	and	ask
拿	这些	美德	那	给	你	这样的	自己	-	满意	,	一	经过	一	,	和	问

[jɔː'self] [æt; ət] [wɒt] ['sækrɪfaɪs] ,

yourself	at	what	sacrifice	,
你自己	在	什么	牺牲	,

逐一审视这些带给你如此强烈自我满足感的品质，并扪心自问：你为此付出了怎样的代价？

['leɪbə(r)] , [ɔː(r)][kɒst] , [ə'bʌv] [ɔːl] , [wɪð] [wɒt] [keə(r)][juː; jʊ][hæv; həv] ['mænɪdʒd] [tuː; tə][ə'kwaɪə(r)][ðem; ðəm]

labor	,	or	cost	,	above	all	,	with	what	care	you	have	managed	to	acquire	them
劳动	,	或者	成本	,	多于	全部	,	和	什么	关心	你	有	管理	到	获得	他们

. . . .

:	:	:	:

. . . .

劳动或成本，最重要的是，你为了获得它们付出了多少心血……

[ə'læs] !

Alas	!
唉	!

唉!

[juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd] [ðæt] [ɔːl] [ðæt] ['peɪʃ(ə)ns] , [ˌæfə'bɪlətɪ] , [ˌdʒenə'rɒsətɪ] , [ænd; ənd]['paɪətɪ][ɑː(r); ə(r)][bʌt; bət]

you	will	find	that	all	that	patience	,	affability	,	generosity	,	and	piety	are	but
你	将要	寻找	那	全部	那	耐心	,	亲切	,	慷慨	,	和	虔诚	是	但

[æz; əz] [nɔːt] ,

as	naught	,
作为	零	,

你会发现，所有的耐心、和蔼、慷慨和虔诚都毫无意义。

['sprɪŋɪŋ] [frɒm; frəm][ə; eɪ] [hɑːt] [pʌft] [ʌp] [wɪð] [praɪd] .

springing	from	a	heart	puffed	up	with	pride	.
弹簧	从	一个	心	膨胀的	向上	和	自豪	.

源于一颗骄傲自满的心。

[ˌaɪ 'tiː] [kɒsts] ['nʌθɪŋ] , [ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['wɜːθləs] .

It	costs	nothing	,	and	it	is	worthless	.
它	成本	没有什么	,	和	它	是	毫无价值	.

它一文不值，也毫无价值。

[æz; əz][self] - ['sækrɪfaɪs] , [sez] [diː] ['meɪstrə] , [ɪz][ðə; ði]['beɪsɪs][ænd; ənd] ['es(ə)ns] [ɒv; əv]['vɜːtʃuː] ,

As	self	-	sacrifice	,	says	De	Maistre	,	is	the	basis	and	essence	of	virtue	,
作为	自己	-	牺牲	,	说道	德	大师	,	是	这	基础	和	本质	的	美德	,

德·迈斯特认为，自我牺牲是美德的基础和本质。

[səʊ] [ðəʊz] ['vɜːtjuːz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][məʊst] [ˌmerɪ'tɔːriəs] [ðæt] [hæv; həv] [kɒst] [ðə; ði] ['greɪtɪst] ['efət] [tuː; tə]

so	those	virtues	are	the	most	meritorious	that	have	cost	the	greatest	effort	to
所以	那些	美德	是	这	最多	有功绩的	那	有	成本	这	最	努力	到

[ə'teɪn] .

attain	.
达到	.

因此，这些美德是最值得称道的，也是需要付出最大努力才能获得的。

[duː; də] [nɒt] [lʊk] [wɪð] [səʊ] [mʌtʃ] [preɪd] [ɒn] [ðɪs] [kə'lekʃ(ə)n] [ɒv; əv] ['vɜːtjuːz] ,

Do	not	look	with	so	much	pride	on	this	collection	of	virtues	,
做	不是	看	和	所以	很多	自豪	在	这	收藏	的	美德	,

不要对这些美德的集合抱有过高的期望。

[bʌt; bət]['rɑːðə(r)] [brɪŋ] [jɔː'self] [tuː; tə] [ə'kaʊnt] [fɔː(r); fə(r)][jɔː(r); jə(r)] [fɔːlts] .

but	rather	bring	yourself	to	account	for	your	faults	.
但	相当	带来	你自己	到	帐户	为了	你的	故障	.

但更应该反省自己的错误。

[teɪk] [dʒʌst][wʌn] , [ðə; ði][fɜːst] [ðæt] ['kɒmz] , [ɪm'peɪʃ(ə)ns] , [sləʊθ] , ['gɒsɪp] , [ʌnt'ʃærɪtəblnəs] ,

Take	just	one	,	the	first	that	comes	,	impatience	,	sloth	,	gossip	,	uncharitableness	,
拿	只是	一	,	这	第一的	那	来	,	不耐烦	,	树懒	,	闲话	,	缺乏慈善精神	,

['sʌlkinəs] , [wɒt'evə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] ,

sulkiness	,	whatever	it	may	be	,
闷闷不乐	,	任何	它	可能	是	,

随便挑一个，第一个冒出来的，无论是不耐烦、懒惰、八卦、冷漠、闷闷不乐，还是其他什么。

[ænd; ənd] [ə'tæk] [ˌaɪ 'tiː] ['breɪvli] .

and	attack	it	bravely	.
和	攻击	它	勇敢地	.

勇敢地发起进攻。

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [teɪk] [æt; ət] [liːst] [ə; eɪ] [mʌnθ] , ['kælkjuleɪtɪŋ] [ə'pɒn] [θriː] ['vɪktəriz] ['evri] [deɪ] ,

It	will	take	at	least	a	month	,	calculating	upon	three	victories	every	day	,
它	将要	拿	在	至少	一个	月	,	计算	之上	三	胜利	每一个	天	,

至少需要一个月的时间，假设每天赢三场。

[nɒt] [ɪn'diːd] [tuː; tə] [ɪ'rædɪkeɪt] [ˌaɪ 'tiː] , — [ə; eɪ] [fɔːlt] [ɪz] [nɒt] [səʊ] [ʃɔːt] - [lɪvd; 'laɪvd] ,

not	indeed	to	eradicate	it	,	—	a	fault	is	not	so	short	-	lived	,
不是	的确	到	根除	它	,	—	一个	过错	是	不是	所以	短的	-	居住地	,

并非要根除它——缺点并非转瞬即逝。

— [bʌt; bət][tuː; tə] [prɪ'vent] [ɪts] [ə'teɪnɪŋ] [də'mɪnjən] ['əʊvə(r)][juː; jʊ] .

—	but	to	prevent	its	attaining	dominion	over	you	.
—	但	到	防止	它是	达到	统治权	超过	你	.

——但是为了防止它控制你。

[ðæt] [wʌn] [səb'djuːd] , [ðen] [teɪk] [ə'nʌðə(r)] .

That	one	subdued	,	then	take	another	.
那	一	低沉的	,	然后	拿	其他	.

先安抚好一个，然后再安抚另一个。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] [wɜːk] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['laɪftaɪm] ; [ænd; ənd] ['truːli][tuː; tə]['aʊə(r)] [fɔːlts] [meɪ] [wiː; wi] [ə'plaɪ] [ðə; ði]

It	is	the	work	of	a	lifetime	;	and	truly	to	our	faults	may	we	apply	the
它	是	这	工作	的	一个	寿命	;	和	真的	到	我们的	故障	可能	我们	申请	这

['seɪɪŋ] ,

saying	,
说	,

这是毕生心血之作；而我们或许也应该将这句谚语用在我们的缺点上：

" [kwɑːnd][ɪl][naɪ] [ɪn] [ə; eɪ] [plʌs] , [ɪl][waɪ] [ɪn] [ə; eɪ]['ɒŋkɔː(r)] . "

"	Quand	il	n'y	en	a	plus	,	il	y	en	a	encore	.	"
"	问题	il	不	英文	一个	加	,	il	是	英文	一个	安可	.	"

“Quand il n'y en a plus，il y en a encore。”

" ['hæpi] [ʃʊd; ʃəd] [ai] [θɪŋk] [maɪ'self] , " [sed] [es] . ['frɑːnsɪs] [diː] ['seɪlz] ,

"	Happy	should	I	think	myself	,	"	said	S	.	Francis	de	Sales	,
"	快乐的	应该	我	思考	我	,	"	说	S	.	弗朗西斯	德	销售量	,

圣方济·沙雷氏说："我应该感到幸福。"

" [ɪf] [ai] [kʊd; kəd] [rɪd] [maɪ'self] [ɒv; əv] [maɪ] [ˌɪmpər'fekʃən] [bʌt; bət] [wʌn] - ['kwɔːtə(r)] [ɒv; əv] [æn; ən] ['aʊə(r)]

"	if	I	could	rid	myself	of	my	imperfections	but	one	-	quarter	of	an	hour
"	如果	我	可以	摆脱	我	的	我的	瑕疵	但	一	-	四分之一	的	一个	小时

['priːviəs] [tuː; tə] [maɪ] [deθ] .

previous	to	my	death	.
以前的	到	我的	死亡	.

"如果我能在临死前十五分钟摆脱我的缺点就好了。"

" [ˌɛks'ɛks'aɪ'aɪ] .

"	XXII	.
"	二十二	.

"第二十二条

[bɪ'fɔː(r)] ['həʊli] [kə'mjuːniən]

Before	Holy	Communion
前	圣	圣餐

圣餐前

['dʒiːzəs]

Jesus
耶稣

耶稣

[maɪ] [tʃaɪld] , [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [nɒt] ['wɪzdəm] [ai] [rɪ'kwaɪə(r)] [ɒv; əv] [ðiː] , [ˌaɪ 'tiː] [sʌfɪsɪθ] [ɪf] [ðaʊ] ['lʌvst] [ˌem 'iː]

My	child	,	it	is	not	wisdom	I	require	of	thee	,	it	sufficeth	if	thou	lovest	Me
我的	孩子	,	它	是	不是	智慧	我	要求	的	你	,	它	足够了	如果	你	最爱	我

[wel] .

well	.
出色地	.

我的孩子，我并不要求你拥有智慧，只要你好好爱我，就足够了。

[spiːk] [tuː; tə] [ˌem 'iː] [æz; əz] [ðaʊ] [wʊdst] [tɔːk] [tuː; tə] [ðaɪ] ['mʌðə(r)] [ɪf] [ʃiː; ʃi] [wɜː(r); wə(r)] [hɪə(r)] ,

Speak	to	Me	as	thou	wouldst	talk	to	thy	mother	if	she	were	here	,
说话	到	我	作为	你	会	讲话	到	你的	母亲	如果	她	是	这里	,

请像对待你母亲一样对待我，仿佛她就在你身边。

['presɪŋ] [ðiː] [tuː; tə] [hɜː(r); hə(r)] [hɑːt] .

pressing	thee	to	her	heart	.
紧迫	你	到	她	心	.

她将你紧紧拥入怀中。

[hæst] [ðaʊ] [nʌn] [fɔː(r); fə(r)] [huːm] [ðaʊ] [wʊdst] [ˌɪntə'siːd] ?

Hast	thou	none	for	whom	thou	wouldst	intercede	?
哈斯特	你	没有任何	为了	谁	你	会	说情	?

你难道没有要为之求情的人吗?

[tel] [ˌem 'iː] [ðə; ði] [nems] [ɒv; əv] [ðaɪ] ['kɪndrəd] [ænd; ənd] [ðaɪ] [frendz] ;

Tell	Me	the	names	of	thy	kindred	and	thy	friends	;
告诉	我	这	姓名	的	你的	亲属	和	你的	朋友们	;

告诉我你的亲人和朋友的名字;

[ænd; ənd] [æt; ət] [ðə; ði] ['menʃ(ə)n] [ɒv; əv] [iːtʃ] [neɪm] [ˌeɪ diː 'diː] [wɒt] [ðaʊ] [wʊdst] [hæv; həv] [ˌem 'iː] [duː; də]

and	at	the	mention	of	each	name	add	what	thou	wouldst	have	Me	do
和	在	这	提到	的	每个	姓名	添加	什么	你	会	有	我	做

[fɔː(r); fə(r)] [ðem; ðəm] .

for	them	.
为了	他们	.

提到每个名字时，请加上你想让我为他们做的事。

[ɑːsk] [mʌtʃ] ['fɜːvəntli] ; [ðə; ði] ['dʒenərəs] [hɑːts] [ðæt] [fə'get] [ðəm'selvz] [fɔː(r); fə(r)] ['ʌðə(r)z] [ɑː(r); ə(r)]

Ask	**much**	**fervently**	**;**	**the**	**generous**	**hearts**	**that**	**forget**	**themselves**	**for**	**others**	**are**
问	很多	热切地	;	这	慷慨的	心	那	忘记	他们自己	为了	其他的	是

['veri] [dɪə(r)] ['ʌntə; 'ʌntu] [ˌem 'iː] .

very	**dear**	**unto**	**Me**	**.**
非常	亲爱的	到	我	.

恳切祈求；那些为他人舍己、慷慨大方的人，我非常喜爱。

[tel] [ˌem 'iː] [pv; əv] [ðə; ði] [pɔː(r); pʊə(r)] [ðaʊ] [wʊdst] ['sʌkə(r)] , [ðə; ði] [sɪk] [ðaʊ] [hæst] [siːn] ['sʌfərɪŋ] ,

Tell	**Me**	**of**	**the**	**poor**	**thou**	**wouldst**	**succor**	**,**	**the**	**sick**	**thou**	**hast**	**seen**	**suffering**	**,**
告诉	我	的	这	贫穷的	你	会	救助	,	这	生病的	你	哈斯特	已见	痛苦	,

告诉我你想要救助的穷人，告诉我你所见过的受苦的病人。

[ðə; ði] ['sɪnfl] [ðaʊ] [wʊdst] [rɪ'kleɪm] , [ðə; ði] [ɪ'streɪndʒd] [ðaʊ] [wʊdst] [rɪ'siːv] [tuː; tə] [ðaɪ] [hɑːt] [ə'gen]

the	**sinful**	**thou**	**wouldst**	**reclaim**	**,**	**the**	**estranged**	**thou**	**wouldst**	**receive**	**to**	**thy**	**heart**	**again**
这	罪恶的	你	会	回收	,	这	疏远的	你	会	收到	到	你的	心	再次

.

:

.

你要将罪人赎回，你要将疏远的人重新接纳回你的心中。

[preɪ] ['fɜːvəntli] [fɔː(r); fə(r)] [ɔːl] [mæn'kaɪnd] .

Pray	**fervently**	**for**	**all**	**mankind**	**.**
祈祷	热切地	为了	全部	人类	.

为全人类虔诚祈祷。

[rɪ'maɪnd] [ˌem 'iː] [pv; əv] [maɪ] ['prɒmɪs] [tuː; tə] [hɪə(r)] [ɔːl] [preə(r)z] [ðæt] [prə'siːd] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [hɑːt] ;

Remind	**Me**	**of**	**My**	**promise**	**to**	**hear**	**all**	**prayers**	**that**	**proceed**	**from**	**the**	**heart**	**;**
提醒	我	的	我的	承诺	到	听到	全部	祈祷	那	继续	从	这	心	;

请提醒我，我曾承诺垂听所有发自内心的祈祷；

[ænd; ənd] [ðə; ði] [preə(r)] ['pfəd] [fɔː(r); fə(r)] [wʌn] [huː] [lʌvz] [ˌjuː 'es] , [ænd; ənd] [ɪz] [dɪə(r)] [tuː; tə] [ˌjuː 'es] ,

and	**the**	**prayer**	**offered**	**for**	**one**	**who**	**loves**	**us**	**,**	**and**	**is**	**dear**	**to**	**us**	**,**
和	这	祷告	提供	为了	一	WHO	爱	我们	,	和	是	亲爱的	到	我们	,

以及为那位爱我们、我们所珍爱的人所献上的祈祷，

[ɪz] [ʃʊə(r)] [tuː; tə] [biː; bi] ['hɑːtfelt] [ænd; ənd] ['fɜːvənt] .

is	**sure**	**to**	**be**	**heartfelt**	**and**	**fervent**	**.**
是	当然	到	是	衷心	和	热切	.

一定会饱含深情，热情洋溢。

[hæst] [ðaʊ] [nəʊ] ['feɪvəz] [tuː; tə] [ɑːsk] [pv; əv] [ˌem 'iː] ?

Hast	**thou**	**no**	**favors**	**to**	**ask**	**of**	**Me**	**?**
哈斯特	你	不	恩惠	到	问	的	我	?

你难道没有一件事情需要向我求助吗?

[gɪv] [ˌem 'iː] , [ɪf] [ðaʊ] [wɪlt] , [ə; eɪ] [lɪst] [pv; əv] [ɔːl] [ðaɪ] [dɪ'zaɪr] , [ɔːl] [ðə; ði] ['wɒnts] [pv; əv] [ðaɪ] [səʊl] .

Give	**Me**	**,**	**if**	**thou**	**wilt**	**,**	**a**	**list**	**of**	**all**	**thy**	**desires**	**,**	**all**	**the**	**wants**	**of**	**thy**	**soul**	**.**
给	我	,	如果	你	枯萎	,	一个	列表	的	全部	你的	欲望	,	全部	这	想要	的	你的	灵魂	.

如果你愿意，请把你所有的愿望，你灵魂的所有需求都告诉我。

[tel] [ˌem 'iː] , ['sɪmpli] , [pv; əv] [ɔːl] [ðaɪ] [praɪd] , [ˌsenʃu'æləti] , [self] - [lʌv] , [sləʊθ] ;

Tell	**Me**	**,**	**simply**	**,**	**of**	**all**	**thy**	**pride**	**,**	**sensuality**	**,**	**self**	**-**	**love**	**,**	**sloth**	**;**
告诉	我	,	简单地	,	的	全部	你的	自豪	,	感官享受	,	自己	-	爱	,	树懒	;

请你直截了当地告诉我，你的骄傲、感官享乐、自恋、懒惰；

[ænd; ənd] [ɑːsk] [fɔː(r); fə(r)] [maɪ] [help] [ɪn] [ðaɪ] ['strʌglz] [tuː; tə] [ˌəʊvə'kʌm] [ðem; ðəm] .

and	**ask**	**for**	**My**	**help**	**in**	**thy**	**struggles**	**to**	**overcome**	**them**	**.**
和	问	为了	我的	帮助	在	你的	斗争	到	克服	他们	.

并向我祈求帮助，以克服你遇到的困难。

[pɔː(r); pʊə(r)] [tʃaɪld] !

Poor	child	!
贫穷的	孩子	!

可怜的孩子!

[biː; bi] [nɒt] [ə'bæʃt] ; ['meni] [ðæt] [hæd; həd] [ðə; ði] [seɪm] [fɔːlts] [tuː; tə] [kən'tend] [ə'genst] [ɑː(r); ə(r)] [naʊ] [seɪnts] [ɪn] ['hevn(ə)n] .

be	not	abashed	;	many	that	had	the	same	faults	to	contend	against	are	now	saints	in	heaven	.
是	不是	羞愧	;	许多	那	有	这	相同的	故障	到	抗衡	反对	是	现在	圣徒	在	天堂	.

不要感到羞愧；许多曾经犯过同样过错的人，如今都已成为天上的圣徒。

[ðeɪ] [kraɪd] [tuː; tə] [ˌem 'iː] [fɔː(r); fə(r)] [help] , [ænd; ənd] [baɪ] [dɪ'griːz] [ðeɪ] ['kɔŋkə] .

They	cried	to	Me	for	help	,	and	by	degrees	they	conquered	.
他们	哭	到	我	为了	帮助	,	和	经过	学位	他们	征服	.

他们向我呼求帮助，并逐渐取得了胜利。

[duː; də] [nɒt] ['hezɪteɪt] [tuː; tə] [ɑːsk] [fɔː(r); fə(r)] ['tempərəl] ['blesɪŋz] , — [helθ] , ['ɪntəlekt] , [sək'ses] .

Do	not	hesitate	to	ask	for	temporal	blessings	,	—	health	,	intellect	,	success	.
做	不是	犹豫	到	问	为了	颞	祝福	,	—	健康	,	智力	,	成功	.

不要犹豫，祈求世俗的福祉——健康、智慧、成功。

[aɪ] [kæn; kən] [bɪ'stəʊ] [ðem; ðəm] , [ænd; ənd] ['nevə(r)] [feɪl] [tuː; tə] [duː; də] [səʊ] ,

I	can	bestow	them	,	and	never	fail	to	do	so	,
我	能	赐给	他们	,	和	绝不	失败	到	做	所以	,

我可以给予它们，而且从不食言。

[weə(r)] [ðeɪ] [tend] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [səʊl] [mɔː(r)] ['həʊli] .

where	they	tend	to	make	the	soul	more	holy	.
在哪里	他们	趋向	到	制作	这	灵魂	更多的	圣	.

它们往往能使灵魂更加神圣。

[wɒt] [wʊdst] [ðaʊ] [ðɪs] [deɪ] , [maɪ] [tʃaɪld] ? . . .

What	wouldst	thou	this	day	,	My	child	?	.	.	.
什么	会	你	这	天	,	我的	孩子	?	.	.	.

孩子，你今天想要什么呢?

[ɪf] [ðaʊ] [dɪdst] [bʌt; bət] [nəʊ] [haʊ] [aɪ] [lɒŋ] [tuː; tə] [bles] [ðiː] ! . . .

If	thou	didst	but	know	how	I	long	to	bless	thee	!	.	.	.
如果	你	迪斯特	但	知道	如何	我	长的	到	保佑	你	!	.	.	.

如果你知道我多么渴望祝福你！.....

[hæst] [ðaʊ] [nəʊ] ['ɪntrəsts] [wɪtʃ] ['ɒkjupaɪ] [ðaɪ] [maɪnd] ?

Hast	thou	no	interests	which	occupy	thy	mind	?
哈斯特	你	不	兴趣	哪个	占据	你的	头脑	?

你难道没有其他事情占据你的心思吗?

[tel] [ˌem 'iː] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] [ɔːl] . . . .

Tell	Me	of	them	all	.	.	.	.
告诉	我	的	他们	全部	.	.	.	.

把他们都告诉我.....

[ɒv; əv] [ðaɪ] [vəʊ'keɪʃ(ə)n] .

Of	thy	vocation	.
的	你的	职业	.

你的使命。

[wɒt] [dʌst] [ðaʊ] [θɪŋk] ?

What	dost	thou	think	?
什么	朋友	你	思考	?

你觉得呢?

[wɒt] [dʌst] [ðaʊ] [dɪ'zaɪə(r)] ?

What	dost	thou	desire	?
什么	朋友	你	欲望	?

你想要什么?

[wʊdst] [ðaʊ] [gɪv] ['pleʒə(r)] [tuː; tə] [ðaɪ] ['mʌðə(r)] , [ðaɪ] ['fæməli] , [ðəʊz] [ɪn] [ɔː'θɒrəti] ['əʊvə(r)] [ðiː] ?

Wouldst	thou	give	pleasure	to	thy	mother	,	thy	family	,	those	in	authority	over	thee	?
会	你	给	乐趣	到	你的	母亲	,	你的	家庭	,	那些	在	权威	超过	你	?

你愿意取悦你的母亲、你的家人以及你的上级吗?

[wɒt] [wʊdst] [ðaʊ] [duː; də] [fɔː(r); fə(r)] [ðem; ðəm] ?

what	wouldst	thou	do	for	them	?
什么	会	你	做	为了	他们	?

你会为他们做什么?

[ænd; ənd] [fɔː(r); fə(r)] [ˌem 'iː] [hæst] [ðaʊ] [nəʊ] ['ɑːdə(r)] ?

And	for	Me	hast	thou	no	ardor	?
和	为了	我	哈斯特	你	不	热情	?

你对我没有丝毫爱慕之情吗?

[dʌst] [ðaʊ] [nɒt] [dɪ'zaɪə(r)] [tuː; tə] [duː; də] [sʌm; səm] [gʊd] [tuː; tə] [ðə; ði] [səʊlz] [ɒv; əv] [ðəʊz] [ðaʊ] ['lʌvst] ,

Dost	thou	not	desire	to	do	some	good	to	the	souls	of	those	thou	lovest	,
多斯特	你	不是	欲望	到	做	一些	好的	到	这	灵魂	的	那些	你	最爱	,

难道你不想为那些你所爱之人的灵魂做些好事吗?

[bʌt; bət] [huː] [ɑː(r); ə(r)] [fə'getfl] [ɒv; əv] [ˌem 'iː] ?

but	who	are	forgetful	of	Me	?
但	WHO	是	健忘	的	我	?

但谁会忘记我呢?

[tel] [ˌem 'iː] [ɒv; əv] [wʌn] [ɪn] [huːm] [ðaʊ] [hæst] ['ɪntrəst] ; [ðə; ði] ['məʊtɪv] [ðæt] ['æktjueit, -tʃu-] ;

Tell	Me	of	one	in	whom	thou	hast	interest	;	the	motive	that	actuates	;
告诉	我	的	一	在	谁	你	哈斯特	兴趣	;	这	动机	那	启动	;

告诉我你对谁感兴趣；你的动机是什么；

[ðə; ði] [miːnz] [ðaʊ] [wʊdst] [ɪm'plɔɪ] .

the	means	thou	wouldst	employ	.
这	方法	你	会	采用	.

你将采取的手段。

[leɪ] [bɪ'fɔː(r)] [ˌem 'iː] [ðaɪ] ['feljər] , [ænd; ənd] [aɪ] [wɪl] [tiːtʃ] [ðiː] [ðə; ði] [kɔːz] .

Lay	before	Me	thy	failures	,	and	I	will	teach	thee	the	cause	.
莱	前	我	你的	失败	,	和	我	将要	教	你	这	原因	.

将你的过错坦白给我，我将告诉你原因。

[huːm] [wʊdst] [ðaʊ] [hæv; həv] [tuː; tə] [help] [ðiː] ?

Whom	wouldst	thou	have	to	help	thee	?
谁	会	你	有	到	帮助	你	?

谁能帮你?

[ðə; ði] [hɑːts] [ɒv; əv] [ɔːl] [ɑː(r); ə(r)] [ɪn] [maɪ] ['kiːpɪŋ] , [ænd; ənd] [aɪ] [liːd] [ðem; ðəm] ['dʒentli] [weəsəʊ'evə] [aɪ] [wɪl] .

The	hearts	of	all	are	in	My	keeping	,	and	I	lead	them	gently	wheresoever	I	will	.
这	心	的	全部	是	在	我的	保持	,	和	我	带领	他们	轻轻地	无论在何处	我	将要	.

所有人的心灵都由我掌控，我会温柔地引领他们去往任何我想去的地方。

[rest] [ə'ʃʊəd; ə'ʃɔːd] , [ɔːl] [huː] [ɑː(r); ə(r)] ['niːdfl] [tuː; tə] [ðiː] , [aɪ] [wɪl] [pleɪs] [ə'raʊnd] [ðiː] .

Rest	assured	,	all	who	are	needful	to	thee	,	I	will	place	around	thee	.
休息	保证	,	全部	WHO	是	需要	到	你	,	我	将要	地方	大约	你	.

请放心，所有对你有用的人，我都会安排在你身边。

[əʊ] !
Oh !
哦 !

哦!

[maɪ] [tʃaɪld] , [tel] [ˌem ˈiː] [ɒv; əv] [ɔːl] [ðaɪ] ['wɪərinəs] : [huː] [hæz; həz] [griːvd] [ðiː] ? ['triːtɪd] [ðiː] [wɪð]
My child , tell Me of all thy weariness : who has grieved thee ? treated thee with
我的 孩子 , 告诉 我 的 全部 你的 疲劳 : WHO 有 伤心 你 ? 治疗 你 和
[kən'tempt] ?
contempt ?
鄙视 ?

我的孩子，告诉我你所有的疲惫：谁让你伤心？谁轻视你?

['wuːndɪd] [ðaɪ] [self] - [lʌv] ?
wounded thy self - love ?
受伤 你的 自己 - 爱 ?

你的自爱受伤了吗?

[tel] [ˌem ˈiː] [ɔːl] , [ænd; ənd] [ðaʊ] [wɪlt] [end] [baɪ] ['seɪɪŋ] , [ɔːl] [ɪz] [fə'givn] , [ɔːl] [fə'gɒtn] . . . [ænd; ənd] [aɪ]
Tell Me all , and thou wilt end by saying , all is forgiven , all forgotten . . . and I
告诉 我 全部 , 和 你 枯萎 结尾 经过 说 , 全部 是 已原谅 , 全部 被遗忘的 . . . 和 我
,
,
,

告诉我一切，你最终会说，一切都已原谅，一切都已遗忘……而我，

['ʃʊəli; 'ʃɔːli] [aɪ] [wɪl] [bles] [ðiː] ! . . .
surely I will bless thee ! . . .
一定 我 将要 保佑 你 ! . . .

我一定会祝福你!

[ɑːt] [ðaʊ] ['fɪəf(ə)l] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['fjuːtʃə(r)] ?
Art thou fearful of the future ?
艺术 你 可怕 的 这 未来 ?

你害怕未来吗?

[ɪz] [ðeə(r)] [ɪn] [ðaɪ] [hɑːt] [ðæt] [veɪg] [dred] [ðæt] [ðaʊ] [kænst] [nɒt] [dɪ'faɪn] ,
Is there in thy heart that vague dread that thou canst not define ,
是 那里 在 你的 心 那 模糊的 恐惧 那 你 罐 不是 定义 ,

你心中是否怀着一种难以言喻的模糊恐惧?

[bʌt; bət] [wɪtʃ] [ˌnevəðə'les] [tɔː'ment, 'tɔːm-] [ðiː] ?
but which nevertheless torments thee ?
但 哪个 尽管如此 折磨 你 ?

但究竟是什么在折磨你?

[trʌst] [ɪn] [maɪ] ['prɒvɪdəns] . . . .
Trust in My Providence . . . .
相信 在 我的 普罗维登斯 . . . .

信赖我的旨意……

[aɪ] [ˌeɪ 'em] ['prez(ə)nt] [wɪð] [ðiː] , [aɪ] [nəʊ] [ɔːl] , [ænd; ənd] [aɪ] [wɪl] ['nevə(r)] [liːv] [ðiː] [nɔː(r)] [fə'seɪk] [ðiː]
I am present with thee , I know all , and I will never leave thee nor forsake thee
我 是 展示 和 你 , 我 知道 全部 , 和 我 将要 绝不 离开 你 也不 背叛 你
.
:
.

我与你同在，我知晓一切，我永远不会离开你，也不会抛弃你。

[ɑː(r); ə(r)] [ðeə(r)] [ə'raʊnd] [ðiː] [ðəʊz] ['siːmɪŋli] [les] [dɪ'vaʊt] [ðæn; ðən] ['fɔːməli] ,
Are there around thee those seemingly less devout than formerly ,
是 那里 大约 你 那些 似乎 较少的 虔诚的 比 以前 ,

你周围是否有人看起来不如以前虔诚了?

[huːz] ['kəʊldnəs] [ɔː(r)] [ɪn'dɪfrəns] [hæv; həv] [ɪ'streɪndʒd] [ðiː] [frɒm; frəm][ðem; ðəm] [wɪ'ðaʊt] ['riːəl]

whose	coldness	or	indifference	have	estranged	thee	from	them	without	real
谁	寒冷	或者	漠不关心	有	疏远的	你	从	他们	没有	真实的

[kɔːz] ? . . .

cause	?	.	.	.
原因	?	.	.	.

究竟是谁的冷漠或无情，让你无缘无故地与他们疏远了?

[preɪ] [fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm] .

Pray	for	them	.
祈祷	为了	他们	.

为他们祈祷。

[aɪ][kæn; kən] [drɔː] [ðem; ðəm] [bæk] [tuː; tə] [ðiː] [ɪf] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['nesəsəri] [tuː; tə][ðə; ði] [ˌsæŋktɪfɪ'keɪʃn]

I	can	draw	them	back	to	thee	if	they	are	necessary	to	the	sanctification
我	能	画	他们	后退	到	你	如果	他们	是	必要的	到	这	成圣

[ɒv; əv] [ðaɪ] [səʊl] .

of	thy	soul	.
的	你的	灵魂	.

如果它们对你的灵魂净化是必要的，我可以将它们带回给你。

[wɒt] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][dʒɔɪz][ɒv; əv] [wɪtʃ] [ðaʊ] [hæst][tuː; tə] [tel] [ˌem 'iː] ?

What	are	the	joys	of	which	thou	hast	to	tell	Me	?
什么	是	这	喜悦	的	哪个	你	哈斯特	到	告诉	我	?

你有什么快乐要告诉我?

[let] [ˌem 'iː] [ʃeə(r)] [ðaɪ] ['pleʒəz] ; [tel] [ˌem 'iː][ɒv; əv][ɔːl] [ðæt] [hæz; həz] [ə'kɜːd] [sɪns] ['jestədeɪ] [tuː; tə]

Let	Me	share	thy	pleasures	;	tell	Me	of	all	that	has	occurred	since	yesterday	to
让	我	分享	你的	快乐	;	告诉	我	的	全部	那	有	发生	自从	昨天	到

['kʌmfət] [ðiː] ,

comfort	thee	,
舒适	你	,

让我分享你的快乐；告诉我从昨天到现在发生的一切，好让你感到安慰。

[pliːz] [ðiː] , [tuː; tə] [gɪv] [ðiː] [dʒɔɪ] !

please	thee	,	to	give	thee	joy	!
请	你	,	到	给	你	喜悦	!

取悦你，给你带来快乐!

[ðæt] [fɪə(r)] ['sʌd(ə)nli] [dɪ'speld] , [ðæt] [ˌʌnɪk'spektɪd] [sək'ses] , [ðæt] ['təʊkən][ɒv; əv] [ə'fekʃn] ,

That	fear	suddenly	dispelled	,	that	unexpected	success	,	that	token	of	affection	,
那	害怕	突然	驱散	,	那	意外	成功	,	那	令牌	的	感情	,

那份突然消散的恐惧，那份意想不到的成功，那份爱的象征，

[ðə; ði]['traɪəl] [ðæt] [pruːvd] [ðiː] [strɒŋgə(r)][ðæn; ðən] [ðaʊ] [θɔːt] . . . .

the	trial	that	proved	thee	stronger	than	thou	thoughtest	.	.	.	.
这	审判	那	已证实	你	更强	比	你	最深思	.	.	.	.

考验证明你比你想象的更强大.....

[maɪ] [tʃaɪld] , [aɪ] [sent] [ˌaɪ 'tiː][ɔːl] ; [waɪ] [nɒt] [ʃəʊ] [sʌm; səm] ['grætɪtjuːd] , [ænd; ənd] ['sɪmplɪ] [θæŋk] [ðaɪ]

My	child	,	I	sent	it	all	;	why	not	show	some	gratitude	,	and	simply	thank	thy
我的	孩子	,	我	发送	它	全部	;	为什么	不是	展示	一些	感激	,	和	简单地	感谢	你的

[lɔːd] ?

Lord	?
主	?

孩子，我把一切都寄出去了；为什么不表达一些感激之情，简单地感谢你的主呢?

['grætɪtjuːd] [drɔːz] [daʊn] [ə; eɪ] ['blesɪŋ] ,

Gratitude	draws	down	a	blessing	,
感激	平局	向下	一个	祝福	,

感恩会带来祝福。

[ænd; ənd][ðə; ði] [greɪt] ['benɪfæktə(r)] [laɪks] [hɪz; ɪz] ['tʃɪldrən] [tuː; tə][rɪ'maɪnd] [hɪm] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] ['gʊdnəs] .

and	the	Great	Benefactor	likes	His	children	to	remind	Him	of	His	Goodness	.
和	这	伟大的	恩人	点赞	他的	孩子们	到	提醒	他	的	他的	善良	.

伟大的恩人喜欢他的孩子们提醒他他的恩惠。

[hæst] [ðaʊ] [nəʊ] ['prɒmɪsɪz] [tuː; tə] [meɪk] [tuː; tə][ˌem 'iː] ?

Hast	thou	no	promises	to	make	to	Me	?
哈斯特	你	不	承诺	到	制作	到	我	?

你难道没有要向我许诺的吗?

[ai][kæn; kən] [riːd] [ðaɪ] [hɑːt] ; [ðaʊ] [nəʊ] [ˌaɪ 'tiː] ; [ðaʊ] [meɪst] [dɪ'siːv] [mæn] ,

I	can	read	thy	heart	;	thou	knowest	it	;	thou	mayst	deceive	man	,
我	能	读	你的	心	;	你	最了解	它	;	你	五月	欺骗	男人	,

我能看透你的心；你自己也知道；你或许能欺骗世人。

[bʌt; bət] [ðaʊ] [kænst]['nevə(r)] [dɪ'siːv] [gɒd] .

but	thou	canst	never	deceive	God	.
但	你	罐	绝不	欺骗	上帝	.

但你永远无法欺骗上帝。

[biː; bi][sɪn'sɪə(r)] .

Be	sincere	.
是	真诚	.

要真诚。

[ɑːt] [ðaʊ] [rɪ'zɒlvd] [tuː; tə] [ə'vɔɪd] [ɔːl] [ə'keɪʒnz] [ɒv; əv][sɪn] ?

Art	thou	resolved	to	avoid	all	occasions	of	sin	?
艺术	你	已解决	到	避免	全部	场合	的	罪	?

你是否决心避免一切犯罪的机会?

[tuː; tə] [rɪ'naʊns] [ðæt] [wɪtʃ] [tempt] [ðiː] ; ['nevə(r)] [ə'gen] [tuː; tə]['əʊpən][ðə; ði] [bʊk] [ðæt] [ik'sait]

To	renounce	that	which	tempts	thee	;	never	again	to	open	the	book	that	excites
到	放弃	那	哪个	诱惑	你	;	绝不	再次	到	打开	这	书	那	兴奋

[ðaɪn] [ɪˌmædʒɪ'neɪʃ(ə)n] ?

thine	imagination	?
你的	想像力	?

放弃诱惑你的事物；永远不再打开那本激发你想象力的书?

[nɒt] [tuː; tə] [bɪ'stəʊ] [ðaɪn] [ə'fekʃn] [ɒn] [wʌn] [huː] [ɪz] [nɒt] [dɪ'vaʊt] ,

Not	to	bestow	thine	affection	on	one	who	is	not	devout	,
不是	到	赐给	你的	感情	在	一	WHO	是	不是	虔诚的	,

不要将你的爱慕之情给予不虔诚的人，

[ænd; ənd] [huːz] ['prez(ə)ns] [stiːlz] [ðə; ði] [piːs] [frɒm; frəm] [ðaɪ] [səʊl] ?

and	whose	presence	steals	the	peace	from	thy	soul	?
和	谁	在场	偷窃	这	和平	从	你的	灵魂	?

是谁夺走了你灵魂的安宁?

[wɪlt] [ðaʊ] [gəʊ] [naʊ] [ænd; ənd][biː; bi] ['lʌvɪŋ] [ænd; ənd] [fɔː'beərɪŋ] [tə'wɔːdz] [wʌn] [huː] [hæz; həz] [vekst]

Wilt	thou	go	now	and	be	loving	and	forbearing	towards	one	who	has	vexed
枯萎	你	去	现在	和	是	爱	和	忍耐	向	一	WHO	有	烦恼

[ðiː] ? . . .

thee	?	.	.	.
你	?	.	.	.

你现在愿意去宽容和善地对待那个惹恼你的人吗?

[gʊd] , [maɪ][tʃaɪld] ! . . .

Good	,	My	child	!	.	.	.
好的	,	我的	孩子	!	.	.	.

好孩子!

[gəʊ] , [ðen] , [rɪ'tɜ:n] [tu:; tə][ðaɪ] ['deɪli] [tɔɪl] ; [bi:; bi]['saɪlənt] , ['hʌmb(ə)l] , [rɪ'zaɪnd] , ['tʃærətəbl] ;

Go	,	then	,	return	to	thy	daily	toil	;	be	silent	,	humble	,	resigned	,	charitable	;
去	,	然后	,	返回	到	你的	日常的	辛劳	;	是	沉默的	,	谦逊的	,	辞职	,	慈善	;

那么，回去继续你每日的辛劳吧；保持沉默、谦卑、顺从、仁慈；

[ðen] [rɪ'tɜ:n] [tu:; tə][ˌem 'i:] [wɪð] [ə; eɪ] [hɑ:t] [jet] [mɔ:(r)] ['lʌvɪŋ] [ænd; ənd] [dɪ'vəʊtɪd] ,

then	return	to	Me	with	a	heart	yet	more	loving	and	devoted	,
然后	返回	到	我	和	一个	心	然而	更多的	爱	和	奉献	,

然后带着一颗更加充满爱和奉献的心回到我身边，

[ænd; ənd][ai][ʃæl; ʃəl][hæv; həv][fɔ:(r); fə(r)] [ði:] [freʃ] ['blesɪŋz] .

and	I	shall	have	for	thee	fresh	blessings	.
和	我	将	有	为了	你	新鲜的	祝福	.

我将为你带来新的祝福。

[ˌɛks'ɛks'aɪ'aɪ'aɪ] .

XXIII	.
二十三	.

二十三、

" [ðeə(r)] [wɪl] [su:n] [bi:; bi] [nʌn] [left] , " [sed] [es] . ['frɑ:nsɪs][di:] ['seɪlz] ,

"	There	will	soon	be	none	left	,	"	said	S	.	Francis	de	Sales	,
"	那里	将要	很快	是	没有任何	左边	,	"	说	S	.	弗朗西斯	德	销售量	,

“很快就会一个也不剩了，”圣方济各·沙雷氏说道。

" [hu:] [wɪl] [lʌv] [pɔ:(r); pʊə(r)] ['sɪnəz] [bʌt; bət] [gɒd] [ænd; ənd][maɪ'self] .

"	who	will	love	poor	sinners	but	God	and	myself	.
"	WHO	将要	爱	贫穷的	罪人	但	上帝	和	我	.

除了上帝和我，谁还会爱可怜的罪人呢?

" [əʊ] ! [waɪ] [du:; də][wi:; wi] [feɪl] [ɪn] [lʌv] [tə'wɔ:dz] [ðəʊz] [pɔ:(r); pʊə(r)] ['sɪnfl] [wʌnz] !

"	Oh	!	why	do	we	fail	in	love	towards	those	poor	sinful	ones	!
"	哦	!	为什么	做	我们	失败	在	爱	向	那些	贫穷的	罪恶的	一个	!

“哦！为什么我们对那些可怜的罪人缺乏爱呢！”

[ɑ:(r); ə(r)] [ðeɪ] [nɒt] ['veri] [mʌtʃ] [tu:; tə][bi:; bi] ['piti] ?

Are	they	not	very	much	to	be	pitied	?
是	他们	不是	非常	很多	到	是	可怜的	?

难道他们不值得同情吗?

[wen] [ðeɪ] [ɑ:(r); ə(r)] ['prɒspərəs] , [preɪ] [fɔ:(r); fə(r)][ðem; ðəm] ;

When	they	are	prosperous	,	pray	for	them	;
什么时候	他们	是	繁荣	,	祈祷	为了	他们	;

当他们富裕时，要为他们祷告；

[bʌt; bət] [wen] [ˌmɪs'fɔ:tʃu:n] ['kɒmz] ([ænd; ənd] ['trʌb(ə)l] [weɪs] ['hevɪli] [ə'pɒn][ðə; ði] ['wɪkɪd]) ,

but	when	misfortune	comes	(	and	trouble	weighs	heavily	upon	the	wicked	)	,
但	什么时候	不幸	来	(	和	麻烦	重量	重度	之上	这	邪恶	)	,

但当不幸降临（恶人遭受重创）时，

[deθ] [dɪ'preɪvɪŋ] [ðem; ðəm][ɒv; əv][ðə; ði]['əʊnli] ['bi:ɪŋs] [ðeɪ] [dɪd][nɒt] [heɪt] , [ə'flɪktɪŋ] [ðem; ðəm] [wɪð]

death	depriving	them	of	the	only	beings	they	did	not	hate	,	afflicting	them	with
死亡	剥夺	他们	的	这	仅有的	生物	他们	做过	不是	恨	,	折磨	他们	和

[ə; eɪ] ['ləʊðsəm] [dɪ'zi:z] ,

a	loathsome	disease	,
一个	令人厌恶的	疾病	,

死亡剥夺了他们唯一不憎恨的生命，并使他们患上了一种令人厌恶的疾病。

[dɪ'lɪvərɪŋ] [ðem; ðəm][ʌp][tu:; tə] [skɔ:n] [ænd; ənd] ['mɪzəri] — [əʊ] !

delivering	them	up	to	scorn	and	misery	—	oh	!
运送	他们	向上	到	轻蔑	和	苦难	—	哦	!

让他们遭受鄙视和痛苦——哦!

[ðen] , [wen] [ɔːl] [ðɪs] ['kɒmz] [ə'pɒn][ðem; ðəm] , [lʌv] [ðem; ðəm] ['friːli] .

then	,	when	all	this	comes	upon	them	,	love	them	freely	.
然后	,	什么时候	全部	这	来	之上	他们	,	爱	他们	自由	.

然后，当这一切降临到他们身上时，要毫无保留地爱他们。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][baɪ] [ə'fekʃn] [ə'ləʊn] [ðæt] [wiː; wi][kæn; kən] [riːtʃ] [ðə; ði] [wɜːst] ['kærəktəz] ,

It	is	by	affection	alone	that	we	can	reach	the	worst	characters	,
它	是	经过	感情	独自的	那	我们	能	抵达	这	最差	人物	,

只有通过爱，我们才能感化最坏的人。

[ænd; ənd][ðə; ði] [səʊlz] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)] [stiːpt] [ɪn][sɪn] .

and	the	souls	that	are	steeped	in	sin	.
和	这	灵魂	那	是	浸泡	在	罪	.

以及那些沉溺于罪恶中的灵魂。

[haʊ] ['meni] [hæv; həv][daɪd] [ɪm'penɪtənt] , [huː] ,

How	many	have	died	impenitent	,	who	,
如何	许多	有	死亡	不知悔改的	,	WHO	,

有多少人死时仍未悔改?

[ɪf] ['əʊnli][sʌm; səm][wʌn][hæd; həd] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm][ænd; ənd] [ʃəʊn] [ðem; ðəm] [lʌv] ,

if	only	some	one	had	cared	for	them	and	shown	them	love	,
如果	仅有的	一些	一	有	关心	为了	他们	和	所示	他们	爱	,

如果有人关心他们，给予他们爱就好了。

[mait] [hæv; həv] [bɪ'kʌm] [æt; ət][lɑːst] [seɪnts] [ɪn] ['hev(ə)n] !

might	have	become	at	last	saints	in	heaven	!
可能	有	变得	在	最后的	圣徒	在	天堂	!

或许他们最终都能成为天堂里的圣人!

[əʊ] !

Oh	!
哦	!

哦!

[ðə; ði][sɪnz] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)] [kə'mɪtɪd] , [əʊ] !

the	sins	that	are	committed	,	oh	!
这	罪孽	那	是	坚定的	,	哦	!

所犯下的罪行啊!

[ðə; ði] [səʊlz] [wiː; wi] ['sʌfə(r)] [tuː; tə]['wɒndə(r)][frɒm; frəm] [gɒd] ,

the	souls	we	suffer	to	wander	from	God	,
这	灵魂	我们	遭受	到	漫步	从	上帝	,

我们所遭受的苦难，是灵魂迷失于远离上帝的境地。

[ænd; ənd][ɔːl][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][səʊ] ['wɒntɪŋ] [ɪn] [lʌv] [tə'wɔːdz] [ðem; ðəm] .

and	all	because	we	are	so	wanting	in	love	towards	them	.
和	全部	因为	我们	是	所以	想要	在	爱	向	他们	.

这一切都源于我们对他们深深的爱。

[ˌɛks'ɛks'aɪ'viː] .

XXIV	.
二十四	.

二十四、

[let] [ˌjuː 'es] ['ɔːlweɪz] [biː; bi][ɒn]['aʊə(r)] [gɑːd] [ə'genst] ['predʒədɪs] .

Let	us	always	be	on	our	guard	against	Prejudice	.
让	我们	总是	是	在	我们的	警卫	反对	偏见	.

让我们时刻警惕偏见。

[sʌm; səm] ['wɪmɪn] [hæv; həv][ə; eɪ] [weɪ] ([ɒv; əv] [wɪtʃ] [ðeɪ] [ðəm'selvz] [ɑː(r); ə(r)] [ʌn'kɒnʃəs]) [ɒv; əv]

Some	women	have	a	way	(	of	which	they	themselves	are	unconscious	)	of
一些	女性	有	一个	方式	(	的	哪个	他们	他们自己	是	无意识	)	的

['tɜːnɪŋ] [ðə; ðɪ][kəʊld] ['ʃəʊldə(r)] [tuː; tə][sʌm; səm][wʌn]['membə(r)][ɒv; əv][ðeə(r)]['fæməli] .

turning	the	cold	shoulder	to	some	one	member	of	their	family	.
转弯	这	寒冷的	肩膀	到	一些	一	成员	的	他们的	家庭	.

有些女性会以某种方式（她们自己可能没有意识到）冷落家里的某个成员。

[fɔː(r); fə(r)] [wɒt] ['riːz(ə)n] ?

For	what	reason	?
为了	什么	原因	?

为什么?

[ðeɪ] ['kænɒt] [seɪ] ,

They	cannot	say	,
他们	不能	说	,

他们不能说，

['sɪmpli] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ðɪ] [kɔːz] [ɪz]['nevə(r)] ['veri] ['klɪəli] [dɪ'faɪnd] [ænd; ənd][ɪn] [ðɪs] [laɪz][ɔːl][ðə; ðɪ]

simply	because	the	cause	is	never	very	clearly	defined	and	in	this	lies	all	the
简单地	因为	这	原因	是	绝不	非常	清楚地	定义	和	在	这	谎言	全部	这

['mɪstʃɪf] .

mischief	.
恶作剧	.

原因在于，它从来都不是很清楚的，而这正是所有麻烦的根源所在。

[pə'hæps] [æn; ən][eə(r)][ɒv; əv] [ɪn'dɪfrəns] [ðeɪ] [meɪ] [hæv; həv] ['fænsid] , [ænd; ənd] [wɪtʃ] [ə'rəʊz] ['mɪəli]

Perhaps	an	air	of	indifference	they	may	have	fancied	,	and	which	arose	merely
也许	一个	空气	的	漠不关心	他们	可能	有	幻想	,	和	哪个	出现	仅仅

[frɒm; frəm] [fə'tiːg] ,

from	fatigue	,
从	疲劳	,

或许他们装出一副漠不关心的样子，而这仅仅是因为疲惫所致。

[ɔː(r)] ['trʌb(ə)l] [ðæt] [kʊd; kəd] [nɒt] [biː; bi] [kən'faid] [tuː; tə][ðem; ðəm] .

or	trouble	that	could	not	be	confided	to	them	.
或者	麻烦	那	可以	不是	是	坦白	到	他们	.

或者无法向他们倾诉的麻烦。

[ə; eɪ] [wɜːd] [ˌmisin'tə:prit] , [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [hɜːd] [æt; ət][ə; eɪ] [taɪm] [wen] [ðeɪ] [felt] [ˌdɪskən'tentɪd] ,

A	word	misinterpreted	,	because	heard	at	a	time	when	they	felt	discontented	,
一个	单词	误解	,	因为	听到	在	一个	时间	什么时候	他们	毛毡	不满	,

因为是在他们感到不满的时候听到的，所以被误解了。

[ænd; ənd][ðeə(r)] ['mɔːbɪd] [ɪˌmædʒɪ'neɪʃ(ə)n] [meɪd] ['evriθɪŋ] [ə'pɪə(r)] [ɪn][ə; eɪ] [fɔːls] [laɪt] .

and	their	morbid	imagination	made	everything	appear	in	a	false	light	.
和	他们的	病态的	想像力	制成	一切	出现	在	一个	错误的	光	.

他们病态的想象力使一切都显得虚假。

[sʌm; səm]['skænd(ə)l][tuː; tə] [wɪtʃ] [ðeɪ] [ɔːt] ['nevə(r)][tuː; tə][hæv; həv] ['lɪsnd] , [ɔː(r)] , [æt; ət] [liːst] ,

Some	scandal	to	which	they	ought	never	to	have	listened	,	or	,	at	least	,
一些	丑闻	到	哪个	他们	应该	绝不	到	有	听着	,	或者	,	在	至少	,

他们本不该听信某些丑闻，或者至少，

[ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv] [in'devə] [tuː; tə] ['fæðəm] , ['gəʊɪŋ][də'rekt][tuː; tə][ðə; ðɪ]['pɜːs(ə)n] [kən'sɜːnd] [ænd; ənd]

should	have	endeavored	to	fathom	,	going	direct	to	the	person	concerned	and
应该	有	努力	到	捉摸	,	去	直接的	到	这	人	担心的	和

[siːkɪŋ] [æn; ən][ˌeksplə'neɪʃ(ə)n] .

seeking	an	explanation	.
寻求	一个	解释	.

应该努力弄清真相，直接去找相关人员寻求解释。

[ænd; ənd][bɪ'həʊld][ðə; ði] [rɪ'zʌlt] : [ðeɪ] [ɪn][ðeə(r)] [tɜːn] [bɪ'kʌm] [kəʊld] , [rɪ'zɜːvd] , [ænd; ənd] [sə'spɪʃəs]

And	behold	the	result	:	they	in	their	turn	become	cold	,	reserved	,	and	suspicious
和	看哪	这	结果	:	他们	在	他们的	转动	变得	寒冷的	,	预订的	,	和	可疑的

,

,

,

结果可想而知：他们也变得冷漠、疏离、多疑。

[ˌmisin'təːprit] [ðə; ði] ['slaɪtɪst] ['dʒestʃə(r)] . . . [ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] [ə'raɪzɪz][ə; eɪ] ['kəʊldnəs] ,

misinterpreting	the	slightest	gesture	.	.	.	in	a	few	days	arises	a	coldness	,
误解	这	丝毫	手势	.	.	.	在	一个	很少	天	出现	一个	寒冷	,

误解最细微的举动……几天之内便会产生冷漠。

[frɒm; frəm][ðə; ði] ['fiːlɪŋ] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][nəʊ][lɒŋgə(r)] [bɪ'lʌvɪd] ; [ðen] ['fɒləʊ] [kən'tempt] [ænd; ənd]

from	the	feeling	they	are	no	longer	beloved	;	then	follow	contempt	and
从	这	感觉	他们	是	不	更长	心爱	;	然后	跟随	鄙视	和

[ˌmɪs'trʌst] , ['faɪnəli] ,

mistrust	,	finally	,
不信任	,	最后	,

首先是感觉自己不再被爱；然后是轻蔑和不信任；最后，

[ə; eɪ] ['heɪtrɪd] [ðæt] [nɔː] [ænd; ənd] [rend] [ðə; ði] ['veri] [hɑːt] .

a	hatred	that	gnaws	and	rends	the	very	heart	.
一个	仇恨	那	啃咬	和	撕裂	这	非常	心	.

一种啃噬并撕裂人心的仇恨。

[ˌaɪ 'tiː][ɔːl] [sprɪŋz] [ʌp] [ˌɪmpə'septəbli] , [tɪl] [æt; ət][lɑːst][ðə; ði]['fæməli][laɪf][ɪz][wʌn][ɒv; əv] ['bɪtənəs]

It	all	springs	up	imperceptibly	,	till	at	last	the	family	life	is	one	of	bitterness
它	全部	弹簧	向上	不易察觉地	,	直到	在	最后的	这	家庭	生活	是	一	的	苦味

[ænd; ənd] ['mɪzəri] .

and	misery	.
和	苦难	.

这一切都在不知不觉中发生，最终导致家庭生活充满痛苦和不幸。

[ðeɪ] [kən'səʊl] , [ɔː(r)]['betə(r)] [stɪl] , [ɪk'skjuːs] [ðəm'selvz] , [wɪð] [ðə; ði] [θɔːt] [ɒv; əv][ðeə(r)] ['sʌfərɪŋ] ,

They	console	,	or	better	still	,	excuse	themselves	,	with	the	thought	of	their	suffering	,
他们	安慰	,	或者	更好的	仍然	,	原谅	他们自己	,	和	这	想法	的	他们的	痛苦	,

他们用自己的痛苦来安慰自己，或者更确切地说，是为自己开脱。

['nevə(r)] [kən'sɪdərɪŋ] [haʊ] [mʌtʃ] [peɪn] [ðeɪ] [gɪv] [tuː; tə] ['ʌðə(r)z] , [nɔː(r)] [weə(r)] [ðə; ði] [fɔːlt] [laɪz] .

never	considering	how	much	pain	they	give	to	others	,	nor	where	the	fault	lies	.
绝不	考虑	如何	很多	疼痛	他们	给	到	其他的	,	也不	在哪里	这	过错	谎言	.

从不考虑自己给别人带来了多少痛苦，也不考虑错在哪里。

[ˌɛks'ɛks'viː] .

XXV	.
25	.

二十五、

[let] [ˌaɪ 'tiː] [rest] !

Let	it	rest	!
让	它	休息	!

让它休息吧!

[ɑː] !

Ah	!
啊	!

啊!

[haʊ] ['meni] [hɑ:ts] [ɒn][ðə; ði][brɪŋk][ɒv; əv][æŋ'zaɪəti][ænd; ənd][dɪs'kwaɪɪˌtju:d][baɪ] [ðɪs] ['sɪmp(ə)l] ['sentəns]

how	many	hearts	on	the	brink	of	anxiety	and	disquietude	by	this	simple	sentence
如何	许多	心	在	这	边缘	的	焦虑	和	不安	经过	这	简单的	句子

[hæv; həv] [bi:n] [meɪd] [kɑ:m][ænd; ənd] ['hæpi] !

have	been	made	calm	and	happy	!
有	到过	制成	冷静的	和	快乐的	!

这句话让多少颗焦虑不安的心平静下来，感到快乐!

[sʌm; səm] [prə'si:dɪŋ] [hæz; həz] ['wu:ndɪd] [ˌju: 'es][baɪ][ɪts] [wɒnt] [ɒv; əv][tækt] ; [let][ˌaɪ 'ti:][rest] ;

Some	proceeding	has	wounded	us	by	its	want	of	tact	;	let	it	rest	;
一些	进行中	有	受伤	我们	经过	它是	想	的	策略	;	让	它	休息	;

有些做法因缺乏分寸而伤害了我们；就让它过去吧；

[nəʊ][wʌn] [wɪl] [θɪŋk] [ɒv; əv][ˌaɪ 'ti:] [ə'gen] .

no	one	will	think	of	it	again	.
不	一	将要	思考	的	它	再次	.

没人会再想起这件事了。

[ə; eɪ] [hɑ:ʃ] [ɔ:(r)][ˌʌn'dʒʌst] ['sentəns] ['iriteit] [ˌju: 'es] ; [let][ˌaɪ 'ti:][rest] ;

A	harsh	or	unjust	sentence	irritates	us	;	let	it	rest	;
一个	残酷的	或者	不公正	句子	刺激	我们	;	让	它	休息	;

严厉或不公正的判决会让我们感到恼火；就让它过去吧；

[hu:'evə(r)] [meɪ] [hæv; həv]['gɪv(ə)n] [vent] [tu:; tə][ˌaɪ 'ti:] [wɪl] [bi:; bi] [pli:zd] [tu:; tə] [si:] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [fə'gɒtn] .

whoever	may	have	given	vent	to	it	will	be	pleased	to	see	it	is	forgotten	.
谁	可能	有	给定	发泄	到	它	将要	是	高兴	到	看	它	是	被遗忘的	.

无论是谁曾经散播了这种情绪，都会乐于见到它被遗忘。

[ə; eɪ]['peɪnf(ə)l]['skænd(ə)l][ɪz] [ə'baʊt] [tu:; tə] [ɪ'streɪndʒ] [ˌju: 'es][frɒm; frəm][æn; ən][əʊld] [frend] ; [let][ˌaɪ 'ti:] [rest] ,

A	painful	scandal	is	about	to	estrange	us	from	an	old	friend	;	let	it	rest	,
一个	痛苦	丑闻	是	关于	到	离间	我们	从	一个	老的	朋友	;	让	它	休息	,

一场令人痛心的丑闻即将使我们与一位老朋友疏远；就让它过去吧。

[ænd; ənd] [ðʌs] [prɪ'zɜ:v] ['aʊə(r)] ['tʃærəti] [ænd; ənd] [pi:s] [ɒv; əv][maɪnd] .

and	thus	preserve	our	charity	and	peace	of	mind	.
和	因此	保存	我们的	慈善机构	和	和平	的	头脑	.

从而维护我们的慈善事业和内心的平静。

[ə; eɪ] [sə'spɪʃəs] [lʊk] [ɪz][ɒn][ðə; ði] [pɔɪnt] [ɒv; əv] ['ku:lɪŋ] ['aʊə(r)] [ə'fekʃn] ; [let][ˌaɪ 'ti:] [rest] ,

A	suspicious	look	is	on	the	point	of	cooling	our	affection	;	let	it	rest	,
一个	可疑的	看	是	在	这	观点	的	冷却	我们的	感情	;	让	它	休息	,

怀疑的眼神几乎要浇灭我们的好感了；就让它过去吧。

[ænd; ənd]['aʊə(r)] [lʊk] [ɒv; əv] [trʌst] [wɪl] [rɪ'stɔ:(r)] ['kɒnfɪdəns] . . . .

and	our	look	of	trust	will	restore	confidence	.	.	.	.
和	我们的	看	的	相信	将要	恢复	信心	.	.	.	.

我们展现出的信任感将重塑信心.....

['fænsi] !

Fancy	!
想要	!

想要!

[wi:; wi] [hu:] [ɑ:(r); ə(r)][səʊ] ['keəf(ə)l] [tu:; tə] [rɪ'mu:v] [ðə; ði]['braɪə(r)][frɒm; frəm]['aʊə(r)] ['pɑ:θweɪ] [fɔ:(r); fə(r)]

we	who	are	so	careful	to	remove	the	briers	from	our	pathway	for
我们	WHO	是	所以	小心	到	消除	这	荆棘	从	我们的	路径	为了

[fɪə(r)] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wu:nd] ,

fear	they	should	wound	,
害怕	他们	应该	伤口	,

我们小心翼翼地清除路上的荆棘，生怕它们伤人，

[jet] [teɪk] ['pleʒə(r)] [ɪn] [kə'lektɪŋ] [ænd; ənd] ['pɪəsɪŋ] ['aʊə(r)] [hɑːts] [wɪð] [ðə; ði] [θɔːnz] [ðæt] [miːt]

yet	take	pleasure	in	collecting	and	piercing	our	hearts	with	the	thorns	that	meet
然而	拿	乐趣	在	收集	和	冲孔	我们的	心	和	这	荆棘	那	见面

[ˌjuː 'es][ɪn]['aʊə(r)] ['deɪli] ['ɪntəkɔːs] [wɪð] [wʌn] [ə'nʌðə(r)] .

us	in	our	daily	intercourse	with	one	another	.
我们	在	我们的	日常的	交往	和	一	其他	.

然而，我们却乐于收集和用在日常交往中遇到的荆棘刺穿我们的心。

[haʊ] ['tʃaɪldɪʃ] [ænd; ənd] [ʌn'riːz(ə)nəb(ə)l] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] !

How	childish	and	unreasonable	we	are	!
如何	幼稚	和	不合理	我们	是	!

我们真是太幼稚、太不讲道理了！

[ˌɛksˈɛksˈviːˈaɪ] .

XXVI	.
26	.

二十六、

[ɒv; əv][ɔːl][ðə; ði] [miːnz] [pleɪst] [baɪ] ['prɒvɪdəns] [wɪ'ðɪn] ['aʊə(r)] [riːtʃ] , [weə'baɪ] [wiː; wi] [meɪ] [liːd]

Of	all	the	means	placed	by	Providence	within	our	reach	,	whereby	we	may	lead
的	全部	这	方法	放置	经过	普罗维登斯	之内	我们的	抵达	,	由此	我们	可能	带领

[səʊlz] [tuː; tə] [hɪm] ,

souls	to	Him	,
灵魂	到	他	,

在上帝赐予我们所有手段，使我们能够引领灵魂归向祂的途径中，

[ðeə(r)] [ɪz] [wʌn] [mɔː(r)] ['blesɪd; blest] [ðæn; ðən] [ɔːl] ['ʌðə(r)z] , — [ˌɪntə'sesəri] [preə(r)] .

there	is	one	more	blessed	than	all	others	,	—	intercessory	prayer	.
那里	是	一	更多的	蒙福	比	全部	其他的	,	—	代祷	祷告	.

有一种祷告比其他所有祷告都更蒙福，那就是代祷。

[haʊ] ['ɒf(ə)n] , [ɪn][ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv] [wʌn] ['diːpli] [lʌvd] , [bʌt; bət] , [ə'læs] ! [ɪ'streɪndʒd] [frɒm; frəm]

How	often	,	in	the	presence	of	one	deeply	loved	,	but	,	alas	!	estranged	from
如何	经常	,	在	这	在场	的	一	深	喜爱	,	但	,	唉	!	疏远的	从

[gɒd] ,

God	,
上帝	,

在一位深爱却与上帝疏远的人面前，这种情况屡见不鲜。

[ðə; ði] [hɑːt] [ɒv; əv] ['mʌðə(r)] [ɔː(r)] [waɪf] [hæz; həz] [felt] [ə; eɪ] ['sʌd(ə)n] ['ɪmpʌls] [tuː; tə] [seɪ] [æn; ən] ['ɜːnɪst]

the	heart	of	mother	or	wife	has	felt	a	sudden	impulse	to	say	an	earnest
这	心	的	母亲	或者	妻子	有	毛毡	一个	突然	冲动	到	说	一个	认真

[wɜːd] ,

word	,
单词	,

母亲或妻子的心中突然涌起一股强烈的冲动，想要说一句真挚的话。

[prə'pəʊz] [æn; ən][ækt][ɒv; əv] [dɪ'vəʊʃn] ,

propose	an	act	of	devotion	,
提出	一个	行为	的	虔诚	,

提出一项虔诚的举动，

[tuː; tə] [peɪnt] [ɪn] ['gləʊɪŋ] [kʌləz] [ðə; ði] ['blesɪŋz] [ɒv; əv] [feɪθ] [ænd; ənd][ðə; ði] ['hæpinəs] [ɒv; əv] ['vɜːtʃuː] .

to	paint	in	glowing	colors	the	blessings	of	faith	and	the	happiness	of	virtue	.
到	画	在	发光	颜色	这	祝福	的	信仰	和	这	幸福	的	美德	.

. . [ænd; ənd][ʃiː; ʃi][hæz; həz] [stɒpt] ,

.	.	and	she	has	stopped	,
.	.	和	她	有	停止	,

她想用绚丽的色彩描绘信仰的祝福和美德的幸福……然后她停了下来。

[di'tə:] [baɪ][æn; ən] [ˌɪrɪ'zɪstəb(ə)l] [fɪə(r)][ɒv; əv] [haʊ] [ðə; ði] [wɜːdz] [meɪ] [biː; bi] [rɪ'siːvd] ; [ænd; ənd][ʃiː; ʃi]

deterred	by	an	irresistible	fear	of	how	the	words	may	be	received	;	and	she
威慑	经过	一个	无法抗拒	害怕	的	如何	这	字	可能	是	已收到	;	和	她

[sez] [tuː; tə] [hɜː'self] ,

says	to	herself	,
说道	到	她自己	,

她被一种难以抑制的恐惧所阻碍，害怕这些话会被人如何看待；她对自己说：

[pɔː(r); pʊə(r)] ['wʊmən] , " [tuː; tə] - ['mɒrəʊ] [aɪ][ʃæl; ʃəl][biː; bi]['breɪvə(r)] .

poor	woman	,	"	To	-	morrow	I	shall	be	braver	.
贫穷的	女士	,	"	到	-	明天	我	将	是	更勇敢	.

可怜的女人说：“明天我会更勇敢。”

" [pɔː(r); pʊə(r)] ['mʌðə(r)] !

"	Poor	mother	!
"	贫穷的	母亲	!

可怜的母亲！

[pɔː(r); pʊə(r)] [waɪf] !

poor	wife	!
贫穷的	妻子	!

可怜的妻子！

[gəʊ][ænd; ənd] [tel] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] ['hev(ə)nli] ['fɑːðə(r)][ɔːl][juː; jʊ] [wʊd] , [bʌt; bət][deə(r)][nɒt] ,

go	and	tell	to	your	Heavenly	Father	all	you	would	,	but	dare	not	,
去	和	告诉	到	你的	天上	父亲	全部	你	会	,	但	敢	不是	,

去吧，把你所有想说却不敢说的话都告诉天父。

[seɪ] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌvd] [wʌn] [huː] [gɪvz] [juː; jʊ][səʊ] [mʌtʃ] [peɪn] .

say	to	the	loved	one	who	gives	you	so	much	pain	.
说	到	这	喜爱	一	WHO	给予	你	所以	很多	疼痛	.

对那个给你带来如此多痛苦的亲人说。

[leɪ] [ðæt] [sɪn] - [sɪk] [səʊl] [bɪ'fɔː(r)] [ðə; ði] [lɔːd] ,

Lay	that	sin	-	sick	soul	before	the	Lord	,
莱	那	罪	-	生病的	灵魂	前	这	主	,

将那颗被罪恶缠身的灵魂带到主面前，

[æz; əz] [lɒŋ] [ə'gəʊ] [ðeɪ] [leɪd][ðə; ði] [ˌpærə'lɪtɪk][mæn] [huː] [kʊd; kəd][nɒt] , [ɔː(r)] [pə'hæps] [wʊd] [nɒt] ,

as	long	ago	they	laid	the	paralytic	man	who	could	not	,	or	perhaps	would	not	,
作为	长的	前	他们	铺设	这	麻痹	男人	WHO	可以	不是	,	或者	也许	会	不是	,

很久以前，他们就把那个瘫痪的人安葬了，他无法，或许是不愿，

[biː; bi][led][tuː; tə][hɪm] .

be	led	to	Him	.
是	引领	到	他	.

被引领到他那里。

[pliːd] [fɔː(r); fə(r)][hɪm] [wɪð] [ðə; ði] [lɒŋ] - ['sʌfərɪŋ] ['seɪvjə(r)] , [æz; əz][juː; jʊ] [wʊd] [pliːd] [wɪð] [æn; ən]

Plead	for	him	with	the	long	-	suffering	Saviour	,	as	you	would	plead	with	an
恳求	为了	他	和	这	长的	-	痛苦	救主	,	作为	你	会	恳求	和	一个

['ɜːθli] ['mɑːstə(r)] ,

earthly	master	,
尘世的	掌握	,

要像恳求世俗的主人一样，为他向那位忍耐的救主恳求。

[ə'pɒn] [huːm] [dɪ'pendɪd] [ɔːl][hɪz; ɪz]['fjuːtʃə(r)]['welfeə(r)] , [ænd; ənd] [seɪ] [tuː; tə] [hɪm] ['sɪmpli] , " [lɔːd] ,

upon	whom	depended	all	his	future	welfare	,	and	say	to	Him	simply	,	"	Lord	,
之上	谁	取决于	全部	他的	未来	福利	,	和	说	到	他	简单地	,	"	主	,

他未来的所有福祉都取决于祂，只需简单地对祂说：“主啊，

[hæv; həv] ['peɪʃ(ə)ns] [wɪð] [hɪm] [jet] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][lɒŋgə(r)] .

have	patience	with	him	yet	a	little	longer	.
有	耐心	和	他	然而	一个	小的	更长	.

再耐心对他一段时间吧。

" [tel] [gɒd] [ɒv; əv] [ɔːl] [jɔː(r); jə(r)] [æŋ'zaɪəti] , [jɔː(r); jə(r)] [dɪs'kʌrɪdʒmənt] , [ðə; ðɪ] [miːnz] [ɪm'plɔɪd]

"	Tell	God	of	all	your	anxiety	,	your	discouragements	,	the	means	employed
"	告诉	上帝	的	全部	你的	焦虑	,	你的	沮丧	,	这	方法	受雇

[fɔː(r); fə(r)] [sək'ses] .

for	success	.
为了	成功	.

“把你所有的焦虑、沮丧以及你为成功所采取的手段都告诉上帝。”

[ɑːsk] [hɪm] [tuː; tə] [tiːtʃ] [juː; jʊ] [wɒt] [tuː; tə] [seɪ] [ænd; ənd] [haʊ] [tuː; tə][ækt] .

Ask	Him	to	teach	you	what	to	say	and	how	to	act	.
问	他	到	教	你	什么	到	说	和	如何	到	行为	.

祈求祂教导你该说什么、该怎么做。

[wʌn] ['sentəns] ['lɜːnɪd] [ɒv; əv] [gɒd] [ɪn] [preə(r)] [wɪl] [duː; də][mɔː(r)][fɔː(r); fə(r)][ðə; ðɪ] [kən'vɜːʃ(ə)n] [ɒv; əv]

One	sentence	learned	of	God	in	prayer	will	do	more	for	the	conversion	of
一	句子	学习	的	上帝	在	祷告	将要	做	更多的	为了	这	转换	的

[ə; eɪ] [səʊl] [ðæn; ðən] [ɔːl] ['aʊə(r)][pɔː(r); pʊə(r)]['hjuːmən] [en'devəz] .

a	soul	than	all	our	poor	human	endeavors	.
一个	灵魂	比	全部	我们的	贫穷的	人类	努力	.

在祈祷中领悟到的一句关于上帝的话语，比我们人类所有微不足道的努力更能使灵魂皈依。

[ðæt] ['sentəns] [wɪl] [ɪ'skeɪp] ['aʊə(r)][lɪps] [ɪn'vɒləntrəli] .

That	sentence	will	escape	our	lips	involuntarily	.
那	句子	将要	逃脱	我们的	嘴唇	不由自主	.

这句话会不由自主地脱口而出。

[wiː; wi] [meɪ] [nɒt] [rɪ'membə(r)] [ðæt] [wiː; wi][hæv; həv] [sed] [ˌaɪ 'tiː] , [bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [sɪŋk] [diːp] ['ɪntuː][ðə; ðɪ]

We	may	not	remember	that	we	have	said	it	,	but	it	will	sink	deep	into	the
我们	可能	不是	记住	那	我们	有	说	它	,	但	它	将要	下沉	深的	进入	这

[hɑːt] ,

heart	,
心	,

我们或许不会记得自己说过这句话，但它会深深地印在心上。

['meɪkɪŋ] [ə; eɪ] ['lɑːstɪŋ] [ɪm'preʃ(ə)n] , [ænd; ənd] ['saɪləntli] [fʊl'fɪlɪŋ] [ɪts] ['mɪʃ(ə)n] .

making	a	lasting	impression	,	and	silently	fulfilling	its	mission	.
制作	一个	持久	印象	,	和	默默	满足	它是	使命	.

给人留下深刻印象，并默默地完成其使命。

[juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] , [pə'hæps] , [sə'praɪzd] , ['ɑːftə(r)] ['meni] [j'iəz] , [tuː; tə] [siː] [sʌtʃ] [pɔː(r); pʊə(r)] [rɪ'zʌlts] .

You	are	,	perhaps	,	surprised	,	after	many	years	,	to	see	such	poor	results	.
你	是	,	也许	,	惊讶	,	后	许多	年	,	到	看	这样的	贫穷的	结果	.

多年之后，看到如此糟糕的结果，您或许会感到惊讶。

[ɑː] !

Ah	!
啊	!

啊!

[haʊ] ['lɪt(ə)l][kæn; kən][juː; jʊ] [dʒʌdʒ] ! . . .

how	little	can	you	judge	!	.	.	.
如何	小的	能	你	法官	!	.	.	.

你真是太没眼光了!

[duː; də][juː; jʊ] [nəʊ] [wɒt] [juː; jʊ][hæv; həv] [geɪnd] ?

Do	you	know	what	you	have	gained	?
做	你	知道	什么	你	有	获得	?

你知道你获得了什么吗?

[ɪn][ðə; ði][fɜːst] [pleɪs] , [taɪm] — ['ɒf(ə)n][ə; eɪ] ['fɪzɪk(ə)l] [ɪmˌpɒsə'bɪlətɪ] [tuː; tə][sɪn] , [wɪtʃ] [juː; jʊ] [meɪ]

In	the	first	place	,	time	—	often	a	physical	impossibility	to	sin	,	which	you	may
在	这	第一的	地方	,	时间	—	经常	一个	身体的	不可能	到	罪	,	哪个	你	可能

[ə'trɪbjuːt; 'ætrɪbjuːt][tuː; tə] [tʃɑːns] ,

attribute	to	chance	,
属性	到	机会	,

首先，时间——通常是犯罪的物理障碍，你可能会将其归因于偶然性，

[bʌt; bət] [wɪtʃ] [wɒz; wəz] , [ɪn] [ri'ælətɪ] , [ðə; ði] [wɜːk] [ɒv; əv] ['prɒvɪdəns] ; [ænd; ənd][ɪz][ˌaɪ 'tiː] ['nʌθɪŋ] ,

but	which	was	,	in	reality	,	the	work	of	Providence	;	and	is	it	nothing	,
但	哪个	曾是	,	在	现实	,	这	工作	的	普罗维登斯	;	和	是	它	没有什么	,

[wʌn][sɪn][ðə; ði] [les] ,

one	sin	the	less	,
一	罪	这	较少的	,

但这实际上是天意的安排；难道这不算什么吗？只不过少了一件罪过而已。

[ɪn][ðə; ði][laɪf][ɒv; əv][æn; ən] [ɪ'mɔːt(ə)l] [səʊl] ? . . .

in	the	life	of	an	immortal	soul	?	.	.	.
在	这	生活	的	一个	不朽	灵魂	?	.	.	.

在不朽灵魂的生命中？.....

[ðen] [ə; eɪ] [veɪg] [ʌn'ɪzɪnɪs] [wɪtʃ] [wɪl] [suːn] [ə'laʊ] [ɒv; əv][nəʊ][rest] ,

Then	a	vague	uneasiness	which	will	soon	allow	of	no	rest	,
然后	一个	模糊的	不安	哪个	将要	很快	允许	的	不	休息	,

然后，一种模糊的不安感袭来，很快就让人寝食难安。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

金粉：日常生活圣化(Gold Dust A Collection of Golden Counsels for)

[ə; eɪ] ['kɒnfɪdəns] [wɪtʃ] [meɪ] [ɪ'neɪb(ə)l][ju:; jʊ][tu:; tə] ['sɪmpəθaɪz] ,

a	confidence	which	may	enable	you	to	sympathize	,
一个	信心	哪个	可能	使能够	你	到	同情	,

一种能让你产生同情心的自信，

[mɔ:(r)] ['lɪbəti] [left] [ju:; jʊ][fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði] ['eksəsaɪz] [ɒv; əv] [rɪ'lɪdʒəs] [ækts] ;

more	liberty	left	you	for	the	exercise	of	religious	acts	;
更多的	自由	左边	你	为了	这	锻炼	的	宗教	行为	;

你拥有更多自由来进行宗教活动;

[ju:; jʊ][nəʊ][lɒŋgə(r)] [si:] [ðə; ði] [kən'temptʃuəs] [smaɪl] [æt; ət][jɔ:(r); jə(r)][ækts][ɒv; əv] [dɪ'vəʊʃn] .

you	no	longer	see	the	contemptuous	smile	at	your	acts	of	devotion	.
你	不	更长	看	这	轻蔑的	微笑	在	你的	行为	的	虔诚	.

你再也看不到别人对你虔诚行为的轻蔑笑容了。

[ɪz] [ɔ:l] [ðɪs] ['nʌθɪŋ] ?

Is	all	this	nothing	?
是	全部	这	没有什么	?

这一切难道都毫无意义吗?

[ɑ:] !

Ah	!
啊	!

啊!

[ɪf] , [waɪl] [ɒn][jɔ:(r); jə(r)] [ni:z] [preŋ] [fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði][wʌn][ju:; jʊ] [wʊd] [hæv; həv] ['rekənsaɪld] [tu:; tə]

if	,	while	on	your	knees	praying	for	the	one	you	would	have	reconciled	to
如果	,	尽管	在	你的	膝盖	祈祷	为了	这	一	你	会	有	和解	到

[gɒd] ,

God	,
上帝	,

如果你跪着为那个你想让他与神和好的人祈祷，

[ju:; jʊ][kʊd; kəd][bʌt; bət] [si:] [wɒt] [ɪz] ['pɑ:sɪŋ] [ɪn][hɪz; ɪz] [səʊl] , — [ðə; ði] ['reslɪŋ] ,

you	could	but	see	what	is	passing	in	his	soul	,	—	the	wrestlings	,
你	可以	但	看	什么	是	通过	在	他的	灵魂	,	—	这	摔跤	,

你只能看到他灵魂深处正在经历什么——那些挣扎，

[ðə; ði] [rɪ'mɔ:s] [hi:; hi] [straɪvz] ['veɪnli] [tu:; tə]['staɪf(ə)l] ;

the	remorse	he	strives	vainly	to	stifle	;
这	悔恨	他	努力	徒劳地	到	窒息	;

他竭力想要压抑的悔恨;

[ɪf] [ju:; jʊ][kʊd; kəd] [si:] [ðə; ði] [wɜ:k] [ɒv; əv][ðə; ði]['həʊli]['spɪrɪt][ɪn][ðə; ði] [hɑ:t] ,

if	you	could	see	the	work	of	the	Holy	Spirit	in	the	heart	,
如果	你	可以	看	这	工作	的	这	圣	精神	在	这	心	,

如果你能看到圣灵在人心中的工作，

['dʒentli][bʌt; bət] ['fɜ:mli] ['traiəmf, -ʌmf]['əʊvə(r)][ðə; ði] [wɪl] , [haʊ] ['ɜ:nɪstli] , [haʊ] [ɪn'ses(ə)ntli] , [wʊd]

gently	but	firmly	triumphing	over	the	will	,	how	earnestly	,	how	incessantly	,	would
轻轻地	但	牢牢	胜利	超过	这	将要	,	如何	切实	,	如何	不已	,	会

[ju:; jʊ] [kən'tɪnju:] [tu:; tə] [preɪ] !

you	continue	to	pray	!
你	继续	到	祈祷	!

温柔而坚定地战胜意志，你会多么虔诚，多么不间断地继续祈祷!

['əʊnli][hæv; həv] ['peɪʃ(ə)ns] [tuː; tə] [weɪt] — [ˌpɜːsə'vɪərəns] [nɒt] [tuː; tə] [grəʊ] ['wɪəri] .

Only	**have**	**patience**	**to**	**wait**	**—**	**perseverance**	**not**	**to**	**grow**	**weary**	**.**
仅有的	有	耐心	到	等待	—	毅力	不是	到	生长	厌倦	.

只需耐心等待，坚持不懈，永不放弃。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ðɪ] [wɒnt] [ɒv; əv] ['peɪʃ(ə)ns] [ðæt] ['ɒf(ə)n] [meɪks] [ˌjuː 'es] [ɪg'zæktɪŋ] [tə'wɔːdz] [ðəʊz] [wiː; wi]

It	**is**	**the**	**want**	**of**	**patience**	**that**	**often**	**makes**	**us**	**exacting**	**towards**	**those**	**we**
它	是	这	想	的	耐心	那	经常	制作	我们	严格	向	那些	我们

[dɪ'zaɪə(r)][tuː; tə] [help] .

desire	**to**	**help**	**.**
欲望	到	帮助	.

正是缺乏耐心，常常使我们对我们想要帮助的人过于苛刻。

[mɔː(r)] [heɪst] , [les] [spiːd] , [ɪz][æn; ən][əʊld] ['seɪɪŋ] ; [ðə; ðɪ][mɔː(r)][wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [ɪg'zæktɪŋ] ,

More	**haste**	**,**	**less**	**speed**	**,**	**is**	**an**	**old**	**saying**	**;**	**the**	**more**	**we**	**are**	**exacting**	**,**
更多的	匆忙	,	较少的	速度	,	是	一个	老的	说	;	这	更多的	我们	是	严格	,

欲速则不达，这是一句老话；我们要求越高，

[ðə; ðɪ] [les] ['laɪkli] [ɑː(r); ə(r)][wiː; wi][tuː; tə] [sək'siːd] .

the	**less**	**likely**	**are**	**we**	**to**	**succeed**	**.**
这	较少的	可能	是	我们	到	成功	.

我们成功的可能性就越小。

[men] [laɪk] [tuː; tə][ækt] ['friːli] , [ænd; ənd][tuː; tə][hæv; həv][ðə; ðɪ] ['kredɪt] [ɒv; əv][ðeə(r)]['ækʃ(ə)nz] .

Men	**like**	**to**	**act**	**freely**	**,**	**and**	**to**	**have**	**the**	**credit**	**of**	**their**	**actions**	**.**
男人	喜欢	到	行为	自由	,	和	到	有	这	信用	的	他们的	行动	.

男人喜欢自由行动，并希望自己的行动获得赞誉。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][hæv; həv] [nɒt] ['lɜːnɪd] [tuː; tə] [ˌpɜːsə'vɪə(r)] [ðæt] [ðə; ðɪ] [wɜːk] [si:m] ['nevə(r)]

It	**is**	**because**	**we**	**have**	**not**	**learned**	**to**	**persevere**	**that**	**the**	**work**	**seems**	**never**
它	是	因为	我们	有	不是	学习	到	坚持不懈	那	这	工作	似乎	绝不

[tuː; tə] ['prəʊgres] .

to	**progress**	**.**
到	进步	.

正是因为我们没有学会坚持不懈，工作才似乎永远无法取得进展。

['kʌrɪdʒ] , [ðen] !

Courage	**,**	**then**	**!**
勇气	,	然后	!

那就是勇气!

[ðə; ðɪ] [graʊnd] [meɪ] [siːm] [tuː] [draɪ][fɔː(r); fə(r)] [ˌkʌltɪ'veɪʃ(ə)n] ,

the	**ground**	**may**	**seem**	**too**	**dry**	**for**	**cultivation**	**,**
这	地面	可能	似乎	也	干燥	为了	栽培	,

土地看起来可能太干燥，不适宜耕种。

[bʌt; bət] [iːtʃ] [preə(r)] [wɪl] [biː; bi][æz; əz][ə; eɪ] [drɒp] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] ; [ðə; ðɪ]['mɑːb(ə)l] [meɪ] [biː; bi] ['veri] [hɑːd]

but	**each**	**prayer**	**will**	**be**	**as**	**a**	**drop**	**of**	**water**	**;**	**the**	**marble**	**may**	**be**	**very**	**hard**
但	每个	祷告	将要	是	作为	一个	降低	的	水	;	这	大理石	可能	是	非常	难的

,

,

,

但每一次祈祷都如同水滴一般；即使大理石非常坚硬，也难以撼动。

[bʌt; bət] [iːtʃ] [preə(r)] [ɪz] [laɪk] [ðə; ðɪ] ['hæmərz] [strəʊk] [ðæt] [weəz] [ə'weɪ] [ɪts] ['rʌfnəs] .

but	**each**	**prayer**	**is**	**like**	**the**	**hammer's**	**stroke**	**that**	**wears**	**away**	**its**	**roughness**	**.**
但	每个	祷告	是	喜欢	这	锤子的	中风	那	穿着	离开	它是	粗糙度	.

但每一次祈祷都像锤子敲击一样，逐渐磨平了表面的粗糙。

[ˌɛks'ɛks'viː'aɪ'aɪ] .

XXVII	**.**
xxvii	.

二十七、

[ðə; ði] [swiːt] [piːs] [ɒv; əv] [gɒd] [beəz] [ðə; ði] ['aʊtwəd] ['təʊkən] [ɒv; əv] [ˌrezɪg'neɪʃ(ə)n] .

The	sweet	peace	of	God	bears	the	outward	token	of	resignation	.
这	甜的	和平	的	上帝	熊	这	向外	令牌	的	辞职	.

上帝赐予的甜蜜平安，外在表现为顺从。

[wen] [ðə; ði] ['həʊli] ['spɪrɪt] [dwel] [wɪ'ðɪn] [ˌjuː 'es] ['evrɪθɪŋ] [siːm] [braɪt] .

When	the	Holy	Spirit	dwells	within	us	everything	seems	bright	.
什么时候	这	圣	精神	居住地	之内	我们	一切	似乎	明亮的	.

当圣灵住在我们里面时，一切都显得光明。

['evrɪθɪŋ] [meɪ] [nɒt] [biː; bi] [ɪg'zæktli] [æz; əz] [wiː; wi] [wʊd] [wɪʃ] [ˌaɪ 'tiː] ,

Everything	may	not	be	exactly	as	we	would	wish	it	,
一切	可能	不是	是	确切地	作为	我们	会	希望	它	,

事情未必总能如我们所愿，

[bʌt; bət] [wiː; wi] [ək'sept] [ɔːl] [wɪð] [ə; eɪ] [gʊd] [greɪs] . . . .

but	we	accept	all	with	a	good	grace	.	.	.	.
但	我们	接受	全部	和	一个	好的	优雅	.	.	.	.

但我们都欣然接受……

[fɔː(r); fə(r)] ['ɪnstəns] , [sʌm; səm] [tʃeɪndʒ] [ɪn] ['aʊə(r)] ['haʊshəʊld] [ɔː(r)] [məʊd] [ɒv; əv] ['lɪvɪŋ] [ʌp'sets; 'ʌpsets]

For	instance	,	some	change	in	our	household	or	mode	of	living	upsets
为了	实例	,	一些	改变	在	我们的	家庭	或者	模式	的	活的	爆冷

[ˌjuː 'es] .

us	.
我们	.

例如，家庭或生活方式的某些变化会让我们感到不安。

[ɪf] [gɒd] [ɪz] [wɪð] [ˌjuː 'es] , [hiː; hi] [wɪl] ['wɪspə(r)] , " [jiːld] ['tʃɪəfəli] [ðaɪ] [wɪl] ;

If	God	is	with	us	,	He	will	whisper	,	"	Yield	cheerfully	thy	will	;
如果	上帝	是	和	我们	,	他	将要	耳语	,	"	屈服	愉快地	你的	将要	;

如果上帝与我们同在，他会轻声说："欣然服从你的旨意；

[ɪn] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [waɪl] [ɔːl] [wɪl] [biː; bi] [fə'gɒtn] .

in	a	little	while	all	will	be	forgotten	.
在	一个	小的	尽管	全部	将要	是	被遗忘的	.

过不了多久，一切都会被遗忘。

" [sʌm; səm] [kə'mɑːnd] [ɔː(r)] [ɪm'plɔɪmənt] [wuːndz] ['aʊə(r)] [praɪd] ; [ɪf] [gɒd] [ɪz] [wɪð] [ˌjuː 'es] , [hiː; hi] [wɪl]

"	Some	command	or	employment	wounds	our	pride	;	if	God	is	with	us	,	He	will
"	一些	命令	或者	就业	伤口	我们的	自豪	;	如果	上帝	是	和	我们	,	他	将要

[seɪ] [tuː; tə] [ˌjuː 'es] ,

say	to	us	,
说	到	我们	,

"有些命令或任务会伤及我们的自尊；如果上帝与我们同在，他会对我们说，

" [biː; bi] [səb'mɪsɪv] , [ænd; ənd] [aɪ] [wɪl] [kʌm] [tuː; tə] [ðaɪn] [eɪd] .

"	Be	submissive	,	and	I	will	come	to	thine	aid	.
"	是	顺从者	,	和	我	将要	来	到	你的	援助	.

"你只要顺从，我就会来帮助你。"

" [wiː; wi] [meɪ] [dɪs'laɪk] [ə; eɪ] ['sɜːt(ə)n] ['neɪbəhʊd] ; [ðə; ði] [sə'saɪəti] [ðeə(r)] [meɪ] [biː; bi] [rɪ'pʌlsɪv] [tuː; tə]

"	We	may	dislike	a	certain	neighborhood	;	the	society	there	may	be	repulsive	to
"	我们	可能	不喜欢	一个	肯定	邻里	;	这	社会	那里	可能	是	丑恶	到

[ˌjuː 'es] ,

us	,
我们	,

我们可能不喜欢某个街区；那里的社会风气可能令我们反感，

[ænd; ənd][wi:; wi][ɑ:(r); ə(r)][ə'baʊt][tu:; tə] [bɪ'kʌm] ['mɔ:bɪd] : [gɒd] [wɪl] [tel] [ˌju: 'es][tu:; tə] [kən'tɪnju:]

and	we	are	about	to	become	morbid	:	God	will	tell	us	to	continue
和	我们	是	关于	到	变得	病态的	:	上帝	将要	告诉	我们	到	继续

['greɪʃəs] [ænd; ənd] ['smaɪlɪŋ] ,

gracious	and	smiling	,
亲切	和	微笑	,

我们即将变得病态：上帝会告诉我们要继续保持优雅和微笑，

[fɔ:(r); fə(r)][hi:; hi] [wɪl] ['rekəmpens] [ðə; ði]['lɪt(ə)l] [ə'nɔiəns] [wi:; wi] [meɪ] [ɪk'spɪərɪəns] .

for	He	will	recompense	the	little	annoyances	we	may	experience	.
为了	他	将要	补偿	这	小的	烦心事	我们	可能	经验	.

因为他会补偿我们可能遇到的那些小小的烦恼。

[ɪf] [ju:; jʊ] [wʊd] [dɪ'sɜ:n] [ɪn] [hu:m] [gɑ:dz] ['spɪrɪt] [dwel] , [wɒtʃ] [ðæt] ['pɜ:s(ə)n] ,

If	you	would	discern	in	whom	God's	Spirit	dwells	,	watch	that	person	,
如果	你	会	辨别	在	谁	神的	精神	居住地	,	手表	那	人	,

如果你想分辨神的灵住在谁里面，就观察那个人。

[ænd; ənd] ['nəʊtɪs] ['weðə(r)] [ju:; jʊ]['evə(r)][hɪə(r)][hɪm]['mɜ:mə(r)] .

and	notice	whether	you	ever	hear	him	murmur	.
和	注意	无论	你	曾经	听到	他	低语	.

并留意你是否曾听到他低声说话。

[ˌɛks'ɛks'vi:'aɪ'aɪ'aɪ] .

XXVIII	.
二十八	.

二十八、

[ai] [wɒnt] [tu:; tə][bi:; bi]['həʊli]

I	Want	to	Be	Holy
我	想	到	是	圣

我渴望成为圣洁的人

['hev(ə)nli] ['fɑ:ðə(r)] , [eɪd] [ðaɪ] [tʃaɪld] , [hu:] [lɒŋz] [tu:; tə] [bɪ'kʌm] ['həʊli] !

Heavenly	Father	,	aid	Thy	child	,	who	longs	to	become	holy	!
天上	父亲	,	援助	你的	孩子	,	WHO	长	到	变得	圣	!

天父，求祢帮助祢的孩子，他渴望成为圣洁！

[bʌt; bət] [ðen] , [ai][mʌst; məst][bi:; bi]['peɪʃ(ə)nt]['ʌndə(r)] [hju:ˌmɪli'eɪʃn] , [let][maɪ'self][bi:; bi] [fə'gɒtn] ,

But	then	,	I	must	be	patient	under	humiliation	,	let	myself	be	forgotten	,
但	然后	,	我	必须	是	病人	在下面	屈辱	,	让	我	是	被遗忘的	,

但是，我必须忍受屈辱，让自己被人遗忘。

[ænd; ənd][bi:; bi]['i:v(ə)n] [pli:zd] [æt; ət] ['fi:lɪŋ] [maɪ'self][set][ə'saɪd] .

and	be	even	pleased	at	feeling	myself	set	aside	.
和	是	甚至	高兴	在	感觉	我	放	旁边	.

甚至会因为被冷落而感到高兴。

['nevə(r)][maɪnd] !

Never	mind	!
绝不	头脑	!

没关系！

[ai][ˌeɪ 'em] [rɪ'zɒlvd] ; [ai] [wɪʃ] [tu:; tə][bi:; bi]['həʊli] !

I	am	resolved	;	I	wish	to	be	holy	!
我	是	已解决	;	我	希望	到	是	圣	!

我下定决心，我渴望成为圣人！

[bʌt; bət][ai][mʌst; məst]['nevə(r)][ɪk'skju:s][maɪ'self] , ['nevə(r)][bi:; bi][ɪm'peɪʃ(ə)nt] , ['nevə(r)] [aʊt] [ɒv; əv]['tempə(r)] .

But	I	must	never	excuse	myself	,	never	be	impatient	,	never	out	of	temper	.
但	我	必须	绝不	原谅	我	,	绝不	是	不耐烦	,	绝不	出去	的	脾气	.

但我绝不能为自己找借口，绝不能不耐烦，绝不能发脾气。

['nevə(r)][maɪnd] !
Never **mind** **!**
绝不 头脑 !

没关系!

[aɪ][ˌeɪ 'em] [rɪ'zɒlvd] ; [aɪ] [wɪʃ] [tuː; tə][biː; bi]['həʊli] !
I **am** **resolved** **;** **I** **wish** **to** **be** **holy** **!**
我 是 已解决 ; 我 希望 到 是 圣 !

我下定决心，我渴望成为圣人!

[ðen] [aɪ][mʌst; məst] [kən'tɪnjuəli] [biː; bi] ['duːɪŋ] ['vaɪələns] [tuː; tə][maɪ] ['fiːlɪŋz] ,
Then **I** **must** **continually** **be** **doing** **violence** **to** **my** **feelings** **,**
然后 我 必须 持续 是 正在做 暴力 到 我的 情怀 ,

那么我一定是在不断地伤害自己的感情。

— [səb'mɪtɪŋ] [maɪ] [wɪl] ['ɔːlweɪz] [tuː; tə] [ðæt] [ɒv; əv][maɪ] [sju'piəriəz] , ['nevə(r)] [kən'tenʃəs] , ['nevə(r)]
— **submitting** **my** **will** **always** **to** **that** **of** **my** **superiors** **,** **never** **contentious** **,** **never**
— 提交 我的 将要 总是 到 那 的 我的 上级 , 绝不 有争议的 , 绝不
['sʌlki] , ['fɪnɪʃɪŋ] ['evri] [wɜːk] [bɪ'gʌn] ,
sulky **,** **finishing** **every** **work** **begun** **,**
闷闷不乐的 , 精加工 每一个 工作 开始 ,

—始终服从上级的命令，从不争辩，从不闷闷不乐，每项工作都坚持完成。

[ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv] [dɪs'laɪk] [ɔː(r)] [ɒn'wiː] .
in **spite** **of** **dislike** **or** **ennui** **.**
在 尽管如此 的 不喜欢 或者 厌倦 .

尽管不喜欢或厌倦。

['nevə(r)][maɪnd] !
Never **mind** **!**
绝不 头脑 !

没关系!

[aɪ][ˌeɪ 'em] [rɪ'zɒlvd] ; [aɪ] [wɪʃ] [tuː; tə][biː; bi]['həʊli] !
I **am** **resolved** **;** **I** **wish** **to** **be** **holy** **!**
我 是 已解决 ; 我 希望 到 是 圣 !

我下定决心，我渴望成为圣人!

[bʌt; bət] [ðen] , [aɪ][mʌst; məst][biː; bi] ['ɔːlweɪz] ['tʃærətəbl] [tə'wɔːdz] [ɔːl] [ə'raʊnd] [ˌem 'iː] ; ['lʌvɪŋ] [ðem; ðəm] ,
But **then** **,** **I** **must** **be** **always** **charitable** **towards** **all** **around** **me** **;** **loving** **them** **,**
但 然后 , 我 必须 是 总是 慈善 向 全部 大约 我 ; 爱 他们 ,

但是，我必须始终善待我周围的每一个人；爱他们，

['helpɪŋ] [ðem; ðəm][tuː; tə][ðə; ði]['ʌtməʊst][ɒv; əv][maɪ]['paʊə(r)] , [ɔːl'ðəʊ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [kɔːz] [ˌem 'iː] ['trʌb(ə)l]
helping **them** **to** **the** **utmost** **of** **my** **power** **,** **although** **it** **may** **cause** **me** **trouble**
帮助 他们 到 这 极致 的 我的 力量 , 虽然 它 可能 原因 我 麻烦
.
:
.

我会尽我所能帮助他们，即使这可能会给我带来麻烦。

['nevə(r)][maɪnd] !
Never **mind** **!**
绝不 头脑 !

没关系!

[aɪ][ˌeɪ 'em] [rɪ'zɒlvd] ; [aɪ] [wɪʃ] [tuː; tə][biː; bi]['həʊli] !
I **am** **resolved** **;** **I** **wish** **to** **be** **holy** **!**
我 是 已解决 ; 我 希望 到 是 圣 !

我下定决心，我渴望成为圣人!

[bʌt; bət][ai][mʌst; məst] ['kɒnstəntli] [straɪv] [ə'genst] [ðə; ði] ['kaʊədɪs] , [sləʊθ] , [ænd; ənd] [praɪd] [ɒv; əv][maɪ]

But	I	must	constantly	strive	against	the	cowardice	,	sloth	,	and	pride	of	my
但	我	必须	不断地	努力	反对	这	怯懦	,	树懒	,	和	自豪	的	我的

['neɪtʃə(r)] , [ri'nauns] [ðə; ði] [wɜːld] ,

nature	,	renouncing	the	world	,
自然	,	放弃	这	世界	,

但我必须不断与我天性中的懦弱、懒惰和骄傲作斗争，放弃世俗的一切。

[ðə; ði]['vænəti] [ðæt] [pliːz] , [ðə; ði] [ˌsenʃu'æləti] [ðæt] [ri'dʒɔis] [ˌem 'iː] ,

the	vanity	that	pleases	,	the	sensuality	that	rejoices	me	,
这	虚荣	那	请	,	这	感官享受	那	欢欣鼓舞	我	,

令我愉悦的虚荣，令我欢欣的感官享受，

[ðə; ði] [æn'tɪpəθi] [ðæt] [meɪks] [ˌem 'iː] [ə'vɔɪd] [ðəʊz] [ai][duː; də][nɒt] [laɪk] .

the	antipathy	that	makes	me	avoid	those	I	do	not	like	.
这	反感	那	制作	我	避免	那些	我	做	不是	喜欢	.

这种厌恶感让我避开我不喜欢的人。

['nevə(r)][maɪnd] !

Never	mind	!
绝不	头脑	!

没关系！

[ai][ˌeɪ 'em] [rɪ'zɒlvd] ; [ai] [stɪl] [wɪʃ] [tuː; tə][biː; bi]['həʊli] !

I	am	resolved	;	I	still	wish	to	be	holy	!
我	是	已解决	;	我	仍然	希望	到	是	圣	!

我决心已定；我仍然渴望成为圣洁的人！

[ðen] , [ai][ʃæl; ʃəl][hæv; həv][tuː; tə] [ɪk'spɪəriəns] [lɒŋ] ['aʊəz] [ɒv; əv] ['wɪərinəs] , ['sædnəs] , [ænd; ənd]

Then	,	I	shall	have	to	experience	long	hours	of	weariness	,	sadness	,	and
然后	,	我	将	有	到	经验	长的	小时	的	疲劳	,	悲伤	,	和

[ˌdɪskən'tent] .

discontent	.
不满	.

然后，我将不得不经历长时间的疲惫、悲伤和不满。

[ai][ʃæl; ʃəl]['ɒf(ə)n] [fiːl] ['ləʊnli] [ænd; ənd] [dɪs'kʌrɪdʒd] .

I	shall	often	feel	lonely	and	discouraged	.
我	将	经常	感觉	孤独	和	灰心	.

我常常会感到孤独和沮丧。

['nevə(r)][maɪnd] !

Never	mind	!
绝不	头脑	!

没关系！

[ai][ˌeɪ 'em] [rɪ'zɒlvd] ; [ai] [wɪʃ] [tuː; tə][biː; bi]['həʊli] !

I	am	resolved	;	I	wish	to	be	holy	!
我	是	已解决	;	我	希望	到	是	圣	!

我下定决心，我渴望成为圣人！

[fɔː(r); fə(r)] [ðen] [ai][ʃæl; ʃəl][hæv; həv] [ðiː] ['ɔːlweɪz] [wɪð] [ˌem 'iː] , ['evə(r)][nɪə(r)][ˌem 'iː] .

for	then	I	shall	have	Thee	always	with	me	,	ever	near	me	.
为了	然后	我	将	有	汝	总是	和	我	,	曾经	靠近	我	.

因为那样我就能永远拥有你，你永远在我身边。

[lɔːd] , [help] [ˌem 'iː] , [fɔː(r); fə(r)][ai] [wɒnt] [tuː; tə][biː; bi]['həʊli] !

Lord	,	help	me	,	for	I	want	to	be	holy	!
主	,	帮助	我	,	为了	我	想	到	是	圣	!

主啊，请帮助我，因为我渴望成为圣洁的人！

[haʊ] [tuː; tə] [bɪˈkʌm] [ˈhəʊli]

How	to	Become	Holy
如何	到	变得	圣

如何成为圣人

[əʊ] ! [ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [kwaɪt] [ˈiːzi] , [ɪf] [aɪ] [fʊlˈfɪl] [ˈevri] [ˈdjuːti][tuː; tə][ðə; ðɪ] [best] [ɒv; əv][maɪ] [əˈbɪlətɪ] ;

Oh	!	it	is	quite	easy	,	if	I	fulfil	every	duty	to	the	best	of	my	ability	;
哦	！	它	是	相当	简单的	,	如果	我	实现	每一个	责任	到	这	最好的	的	我的	能力	;

哦！这很容易，只要我尽我所能履行每一项职责；

[ænd; ənd] [ˈmenɪ] [huː] [hæd; həd][nəʊ][mɔː(r)][tuː; tə][duː; də][ðæn; ðən][aɪ][hæv; həv] [bɪˈkʌm] [seɪnts] .

and	many	who	had	no	more	to	do	than	I	have	become	saints	.
和	许多	WHO	有	不	更多的	到	做	比	我	有	变得	圣徒	.

许多和我一样无所事事的人，都成了圣人。

[wʌn] [deɪ] [ɪz][ðə; ðɪ] [seɪm] [æz; əz] [əˈnʌðə(r)] .

One	day	is	the	same	as	another	.
一	天	是	这	相同的	作为	其他	.

每天都一样。

[preə(r)] , [ˈwɜːldlɪ] [ˈbɪznəs] , [kɔːlz] [tuː; tə][biː; bi] [dɪˈvaʊt] , [ˈtʃærətəbl] , [ænd; ənd] [ˈfeɪθf(ə)l] ,

Prayer	,	worldly	business	,	calls	to	be	devout	,	charitable	,	and	faithful	,
祷告	,	世俗	商业	,	呼叫	到	是	虔诚的	,	慈善	,	和	忠实	,

祈祷、世俗事务、对虔诚、慈善和忠诚的呼召，

— [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ðɪ] [ˈdjuːtiz] [ðæt] [iːtʃ] [ˈaʊə(r)] [brɪŋz] [ɪn][ɪts] [tɜːn] ;

—	these	are	the	duties	that	each	hour	brings	in	its	turn	;
—	这些	是	这	职责	那	每个	小时	带来	在	它是	转动	;

——这就是每个小时依次带来的职责；

[ænd; ənd] [ɪf] [aɪ][ˌeɪ ˈem] [ˈfeɪθf(ə)l] [ɪn][ðeə(r)] [fʊlˈfɪlmənt] , [gɒd] [wɪl] [biː; bi] [ˈɔːlweɪz] [ˈredi] [tuː; tə] [help] [ˌem ˈiː] ,

and	if	I	am	faithful	in	their	fulfilment	,	God	will	be	always	ready	to	help	me	,
和	如果	我	是	忠实	在	他们的	履行	,	上帝	将要	是	总是	准备好	到	帮助	我	,

如果我忠实地履行这些义务，上帝总会帮助我。

[ænd; ənd] [ðen] [wɒt] [ˈsɪgnɪfaɪz] [ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l] [ɒnˈwiː] , [peɪn] , [ɔː(r)] [ˌmɪsˈfɔːtʃuːn] ?

and	then	what	signifies	a	little	ennui	,	pain	,	or	misfortune	?
和	然后	什么	表示	一个	小的	厌倦	,	疼痛	,	或者	不幸	?

那么，什么又代表着些许厌倦、痛苦或不幸呢?

[ðə; ðɪ] [ˌsæŋktɪfɪˈkeɪʃn] [ɒv; əv] [ˈdeɪlɪ] [ˈdjuːtiz]

The	Sanctification	of	Daily	Duties
这	成圣	的	日常的	职责

日常职责的神圣化

[aɪ] [wɪl] [pəˈfɔːm] [ðem; ðəm][æz; əz][ɪn] [gɑːdz] [saɪt] , [ˈkɒnʃəs] [ðæt] [hiː; hi][ɪz][ˈprez(ə)nt] ,

I	will	perform	them	as	in	God's	sight	,	conscious	that	He	is	present	,
我	将要	履行	他们	作为	在	神的	视线	,	有意识的	那	他	是	展示	,

我将按照在上帝面前的方式履行这些职责，因为我知道祂就在那里。

[ænd; ənd] [ˈsmaɪlɪŋ] [ɒn][maɪ] [ˈefəts] .

and	smiling	on	my	efforts	.
和	微笑	在	我的	努力	.

我为自己的努力感到欣慰。

[aɪ] [wɪl] [pəˈfɔːm] [iːtʃ] [æz; əz] [ɪf] [aɪ][hæd; həd][bʌt; bət][wʌn][tuː; tə] [əˈkʌmplɪʃ] ,

I	will	perform	each	as	if	I	had	but	one	to	accomplish	,
我	将要	履行	每个	作为	如果	我	有	但	一	到	完成	,

我会像对待唯一要完成的任务一样认真对待每一件事。

[ˈstraɪvɪŋ] [tuː; tə]['rendə(r)][ˌaɪ ˈtiː][æz; əz] [ˈpɜːfɪkt] [æz; əz]['pɒsəb(ə)l] .

striving	to	render	it	as	perfect	as	possible	.
努力	到	使成为	它	作为	完美的	作为	可能的	.

力求做到尽善尽美。

[ai] [wɪl] [fʊl'fɪl] [iːtʃ] ['djuːti][æz; əz] [ɪf] [ə'pɒn] [ðæt] [wʌn] [ə'ləʊn] [dɪ'pendɪd] [maɪ][sæl'veɪʃ(ə)n] .

I	will	fulfil	each	duty	as	if	upon	that	one	alone	depended	my	salvation	.
我	将要	实现	每个	责任	作为	如果	之上	那	一	独自的	取决于	我的	救恩	.

我将尽职尽责，仿佛我的救赎就取决于此。

['moʊtɪvz] [fɔː(r); fə(r)] ['sæŋktifai] [maɪ]['ækʃ(ə)nz]

Motives	for	Sanctifying	My	Actions
动机	为了	神圣化	我的	行动

我为自己的所作所为正直的动机

[gɒd] [ik'spekt][ˌem 'iː][tuː; tə] ['ɒnə(r)] [hɪm] [baɪ] [ðæt] ['ækʃ(ə)n] .

God	expects	me	to	honor	Him	by	that	action	.
上帝	预期	我	到	荣誉	他	经过	那	行动	.

上帝希望我通过这样的行动来荣耀他。

[gɒd] [hæz; həz] [ə'tætʃt] [ə; eɪ] ['speʃ(ə)l] ['blesɪŋ] [tuː; tə] [ðæt] ['ækʃ(ə)n] , [ænd; ənd] [ə'weɪts] [ɪts] [fʊl'fɪlmənt]

God	has	attached	a	special	blessing	to	that	action	,	and	awaits	its	fulfilment
上帝	有	随附的	一个	特别的	祝福	到	那	行动	,	和	等待	它是	履行

[tuː; tə] [bɪ'stəʊ] [ˌaɪ 'tiː] .

to	bestow	it	.
到	赐给	它	.

上帝已为这一行为赋予了特殊的祝福，并等待其实现后赐予祝福。

[gɒd] [nəʊts] [iːtʃ] ['ækʃ(ə)n] ; [ænd; ənd][ɒv; əv][ðem; ðəm][ɔːl][ˌhɪər'ɑːftə(r)][ai][mʌst; məst] [gɪv] [æn; ən] [ə'kaʊnt]

God	notes	each	action	;	and	of	them	all	hereafter	I	must	give	an	account
上帝	笔记	每个	行动	;	和	的	他们	全部	此后	我	必须	给	一个	帐户

.

:

.

上帝会记录我的每一个行为；而我日后必须对这一切负责。

[gɒd] [wɪl] [siː] [ðæt] [ai] [lʌv] [hɪm] , [ɪf] [ai] [straɪv] [tuː; tə] [fʊl'fɪl] ['evri] ['djuːti] ,

God	will	see	that	I	love	Him	,	if	I	strive	to	fulfil	every	duty	,
上帝	将要	看	那	我	爱	他	,	如果	我	努力	到	实现	每一个	责任	,

如果我努力履行每一项职责，上帝就会看到我对他的爱。

[ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv] ['wɪərinəs] [ænd; ənd] ['trʌb(ə)l] .

in	spite	of	weariness	and	trouble	.
在	尽管如此	的	疲劳	和	麻烦	.

尽管疲惫不堪，困难重重。

[ai] ['ɒnə(r)] [gɒd] [baɪ] [ðɪs] ['ækʃ(ə)n] ; [ænd; ənd][ai] , [pɔː(r); pʊə(r)] , [wiːk] , ['sɪnfl] [tʃaɪld] , [ˌeɪ 'em] [ə'laʊd]

I	honor	God	by	this	action	;	and	I	,	poor	,	weak	,	sinful	child	,	am	allowed
我	荣誉	上帝	经过	这	行动	;	和	我	,	贫穷的	,	虚弱的	,	罪恶的	孩子	,	是	允许

[tuː; tə]['glɔːrɪfaɪ] [hɪm] ,

to	glorify	Him	,
到	荣耀	他	,

我以此行为荣耀神；我，一个可怜、软弱、有罪的孩子，竟被允许荣耀祂。

[ɪn] [pleɪs] [ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [blæs'fiːm] [ænd; ənd]['reb(ə)l; rɪ'bel] [ə'genst] [ðə; ði] [dɪ'vaɪn] [wɪl] .

in	place	of	those	who	blaspheme	and	rebel	against	the	Divine	will	.
在	地方	的	那些	WHO	亵渎神明	和	反叛	反对	这	神圣的	将要	.

取代那些亵渎神明、反抗神意的人。

[ˌɛks'ɛks'aɪ'ɛks] .

XXIX	.
二十九	.

二十九、

[ðeɪ] [seɪ] [ðeə(r)] [ɪz] ['nʌθɪŋ] [wɪtʃ] [kə'mju:nikeits] [ɪt'self] [səʊ] ['kwɪkli] [ə'mʌŋst] [ðə; ði] ['membəz]

They	say	there	is	nothing	which	communicates	itself	so	quickly	amongst	the	members
他们	说	那里	是	没有什么	哪个	沟通	本身	所以	迅速地	在	这	成员

[ɒv; əv] [ə; eɪ] ['fæməli] [æz; əz] [æn; ən] [ɪk'spreʃ(ə)n] [ɒv; əv] ['kəʊldnəs] [ɔ:(r)] [ˌdɪskən'tent] [ɒn] [ðə; ði] [feɪs] [ɒv; əv] [wʌn]

of	a	family	as	an	expression	of	coldness	or	discontent	on	the	face	of	one
的	一个	家庭	作为	一个	表达	的	寒冷	或者	不满	在	这	脸	的	一

[ɒv; əv] [ɪts] ['membəz] .

of	its	members	.
的	它是	成员	.

他们说，没有什么比家庭成员脸上流露出的冷漠或不满更能迅速地在家庭成员之间传递信息了。

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [laɪk] [ðə; ði] [frɒst] [ðæt] [tʃɪlz] [ˌju: 'es] .

It	is	like	the	frost	that	chills	us	.
它	是	喜欢	这	霜	那	寒意	我们	.

它就像刺骨的寒霜。

[ðɪs] [ɪz] [nɒt] [ˌɔ:ltə'geðə(r)] [tru:] ;

This	is	not	altogether	true	;
这	是	不是	共	真的	;

这并不完全正确；

[ðeə(r)] [ɪz] ['sʌmθɪŋ] [wɪtʃ] [ɪz] [kə'mju:nɪkeɪtɪd] [wɪð] ['i:kwəl] [rə'pɪdəti] [ænd; ənd] ['greɪtə(r)] [fɔ:s] — [aɪ]

there	is	something	which	is	communicated	with	equal	rapidity	and	greater	force	—	I
那里	是	某物	哪个	是	沟通	和	平等的	快速	和	更大的	力量	—	我

[mi:n] [ðə; ði] ['smaɪlɪŋ] [feɪs] ,

mean	the	smiling	face	,
意思是	这	微笑	脸	,

有一种东西的传递速度同样快，力量却更大——我指的是笑容。

[ðə; ði] ['bi:mɪŋ] ['kaʊntənəns] , [ðə; ði] ['hæpi] [hɑ:t] .

the	beaming	countenance	,	the	happy	heart	.
这	光芒四射	面容	,	这	快乐的	心	.

容光焕发，心情愉悦。

[ˌʔɛks.ʔɛks'ʔɛks] .

XXX	.
XXX	.

XXX。

['lɪt(ə)l] ['wʌrɪs]

Little	Worries
小的	担忧

小烦恼

[ðeə(r)] [ɪz] [nɒt] [ə; eɪ] [deɪ] [ɪn] ['aʊə(r)] [laɪvz; lɪvz] [ðæt] [wi:; wi] [ɑ:(r); ə(r)] [nɒt] [dɪ'strest] [baɪ] [sʌm; səm] [wʌn] [ɒv; əv]

There	is	not	a	day	in	our	lives	that	we	are	not	distressed	by	some	one	of
那里	是	不是	一个	天	在	我们的	生活	那	我们	是	不是	苦恼	经过	一些	一	的

[ðəʊz] ['nʌmbələs] ['lɪt(ə)l] ['wʌrɪs] [ðæt] [mi:t] [ˌju: 'es] [æt; ət] ['evri] [step] ,

those	numberless	little	worries	that	meet	us	at	every	step	,
那些	无数	小的	担忧	那	见面	我们	在	每一个	步	,

我们生活中几乎每天都会受到各种各样的小烦恼的困扰，这些烦恼如影随形，无处不在。

[ænd; ənd] [wɪtʃ] [ɑ:(r); ə(r)] [ɪn'evɪtəb(ə)l] .

and	which	are	inevitable	.
和	哪个	是	不可避免的	.

这些都是不可避免的。

[ðə; ði] [wuːnd] [meɪd] [meɪ] [nɒt] [biː; bi] [diːp] ; [bʌt; bət] [ðə; ði] ['kɒnstənt] [prik] , [iːtʃ] [deɪ] [rɪ'njuːd] ,

The	wound	made	may	not	be	deep	;	but	the	constant	pricks	,	each	day	renewed	,
这	伤口	制成	可能	不是	是	深的	;	但	这	持续的	刺痛	,	每个	天	更新	,

[ɪm'bɪtə(r)] [ðə; ði] ['kærəktə(r)] ,

imbitter	the	character	,
苦涩	这	特点	,

伤口或许不深，但日复一日的持续伤害，却会磨砺人的品格。

[dɪ'strɔɪ] [piːs] , [kri'eɪt] [æŋ'zaɪəti] , [ænd; ənd] [meɪk] [ðə; ði] ['fæməli] [laɪf] , [ðæt] ['ʌðəwaɪz] [wʊd] [biː; bi]

destroy	peace	,	create	anxiety	,	and	make	the	family	life	,	that	otherwise	would	be
破坏	和平	,	创造	焦虑	,	和	制作	这	家庭	生活	,	那	否则	会	是

[səʊ] [swiːt] [ænd; ənd] ['piːsf(ə)l] ,

so	sweet	and	peaceful	,
所以	甜的	和	和平	,

破坏和平，制造焦虑，使原本甜蜜祥和的家庭生活变得糟糕。

['ɔːlməʊst] [ˌʌnɪn'djʊərəbl] .

almost	unendurable	.
几乎	难以忍受	.

几乎令人难以忍受。

[laɪf] [ɪz] [fʊl] [ɒv; əv] [ðiːz] ['lɪt(ə)l] ['mɪzəriz] .

Life	is	full	of	these	little	miseries	.
生活	是	满的	的	这些	小的	苦难	.

生活中充满了这些小小的烦恼。

[iːtʃ] ['aʊə(r)] [brɪŋz] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː] [ɪts] [əʊn] ['trʌb(ə)l] .

Each	hour	brings	with	it	its	own	trouble	.
每个	小时	带来	和	它	它是	自己的	麻烦	.

每个小时都有它自己的烦恼。

[hɪə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [sʌm; səm] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['lɪt(ə)l] ['wʌrɪs] :

Here	are	some	of	the	little	worries	:
这里	是	一些	的	这	小的	担忧	:

以下是一些小问题：

[æn; ən] [ɪm'peɪʃ(ə)nt] [wɜːd] [ɪ'skeɪps] ['aʊə(r)] [lɪps] [ɪn] [ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv] [sʌm; səm] [wʌn] [ɪn] [huːz]

An	impatient	word	escapes	our	lips	in	the	presence	of	some	one	in	whose
一个	不耐烦	单词	逃脱	我们的	嘴唇	在	这	在场	的	一些	一	在	谁

[ˌestɪ'meɪʃn] [wiː; wi] [wʊd] [stænd] [wel] .

estimation	we	would	stand	well	.
估算	我们	会	站立	出色地	.

在一位我们很看重的人面前，我们不耐烦地说出了一句不耐烦的话。

[ə; eɪ] ['sɜːvənt] [dʌz] [hɪz; ɪz] [wɜːk] ['bædli] , ['fidʒit] [juː 'es] [baɪ] [hɪz; ɪz] ['sləʊnəs] , ['iriteit] [juː 'es] [baɪ] [hɪz; ɪz]

A	servant	does	his	work	badly	,	fidgets	us	by	his	slowness	,	irritates	us	by	his
一个	仆人	做	他的	工作	糟糕	,	小动作	我们	经过	他的	缓慢	,	刺激	我们	经过	他的

['θɔːtləsnəs] ,

thoughtlessness	,
考虑不周	,

仆人工作做得不好，动作迟缓让我们心烦意乱，粗心大意让我们恼火。

[ænd; ənd] [hɪz; ɪz] ['ɔːkwəd] ['blʌndəz] [meɪk] [juː 'es] [blʌʃ] .

and	his	awkward	blunders	make	us	blush	.
和	他的	尴尬的	失误	制作	我们	脸红	.

他那些笨拙的失误让我们脸红。

[ə; eɪ] ['gɪdi] [tʃaɪld] [ɪn] [ɪts] ['klʌmzinəs] [breɪks] ['sʌmθɪŋ] [ɒv; əv] ['vælju:] ,

A	giddy	child	in	its	clumsiness	breaks	something	of	value	,
一个	头晕	孩子	在	它是	笨拙	休息	某物	的	价值	,

一个兴奋过头的孩子笨手笨脚地打碎了贵重物品。

[ɔː(r)] [ðæt] [wiː; wi] ['treʒə(r)] [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv] [ɪts] [əˌsəʊsɪ'eɪʃnz] ; [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [tʃɑːdʒd] [wɪð] [ə; eɪ]

or	that	we	treasure	on	account	of	its	associations	;	we	are	charged	with	a
或者	那	我们	宝藏	在	帐户	的	它是	协会	;	我们	是	带电	和	一个

['mesɪdʒ] [ɒv; əv] [ɪm'pɔːt(ə)ns] ,

message	of	importance	,
信息	的	重要性	,

或者我们珍视它，因为它与某些事物有着特殊的关联；我们肩负着重要的使命。

[ænd; ənd] ['aʊə(r)] [fə'getflnəs] [meɪks] [juː 'es] [ə'pɪə(r)] [ˌʌn'kɜːtɪəs] , [pə'hæps] [ʌn'greɪtf(ə)l] ;

and	our	forgetfulness	makes	us	appear	uncourteous	,	perhaps	ungrateful	;
和	我们的	健忘	制作	我们	出现	不礼貌	,	也许	忘恩负义	;

我们的健忘会让我们显得不礼貌，甚至忘恩负义；

[sʌm; səm] [wʌn] [wiː; wi] [lɪv; laɪv] [wɪð] [ɪz] ['kɒnstəntli] ['faɪndɪŋ] [fɔːlt] , ['nʌθɪŋ] [pliːz] [ðem; ðəm] .

some	one	we	live	with	is	constantly	finding	fault	,	nothing	pleases	them	.
一些	一	我们	居住	和	是	不断地	寻找	过错	,	没有什么	请	他们	.

我们身边有个总是挑毛病、什么都不能让他满意的人。

[ɪf] , [wen] [naɪt] ['kɒmz] , [wiː; wi] [faɪnd] [wiː; wi] [hæv; həv] [nɒt] [ɪk'spɪərɪənst] [ðiːz] ['lɪt(ə)l] ['wʌrɪs] ,

If	,	when	night	comes	,	we	find	we	have	not	experienced	these	little	worries	,
如果	,	什么时候	夜晚	来	,	我们	寻找	我们	有	不是	经验丰富的	这些	小的	担忧	,

如果夜幕降临时，我们发现自己并没有经历过这些小小的烦恼，

[ðen] [wiː; wi] [ɔːt] [tuː; tə] [biː; bi] ['greɪtf(ə)l] [tuː; tə] [gɒd] .

then	we	ought	to	be	grateful	to	God	.
然后	我们	应该	到	是	感激的	到	上帝	.

那么我们应该感谢上帝。

[iːtʃ] [ɒv; əv] [ðiːz] , [ænd; ənd] ['meni] [mɔː(r)] , [ɑː(r); ə(r)] ['laɪəb(ə)l] [tuː; tə] [bɪ'fɔːl] [juː 'es] ['evri] [deɪ] [ɒv; əv]

Each	of	these	,	and	many	more	,	are	liable	to	befall	us	every	day	of
每个	的	这些	,	和	许多	更多的	,	是	容易	到	降临	我们	每一个	天	的

['aʊə(r)] [laɪf] .

our	life	.
我们的	生活	.

这些以及更多其他情况，都有可能在我们日常生活中每天发生。

[haʊ] [tuː; tə] [beə(r)] ['lɪt(ə)l] ['wʌrɪs]

How	to	Bear	Little	Worries
如何	到	熊	小的	担忧

如何忍受小烦恼

[ɪn] [ðə; ðɪ] [fɜːst] [pleɪs] , [ɪk'spekt] [ðem; ðəm] .

In	the	first	place	,	expect	them	.
在	这	第一的	地方	,	预计	他们	.

首先，要预料到它们的存在。

[meɪk] [ðem; ðəm] [ðə; ðɪ] ['sʌbdʒɪkt] [ɒv; əv] ['aʊə(r)] ['mɔːnɪŋ] [preə(r)z] , [ænd; ənd] [seɪ] [tuː; tə] [ɑː'selvz] , [hɪə(r)]

Make	them	the	subject	of	our	morning	prayers	,	and	say	to	ourselves	,	Here
制作	他们	这	主题	的	我们的	早晨	祈祷	,	和	说	到	我们自己	,	这里

[ɪz] [maɪ] ['deɪli] [krɒs] ,

is	my	daily	cross	,
是	我的	日常的	叉	,

让他们成为我们晨祷的主题，并对自己说："这就是我每天的十字架。"

[duː; də] [aɪ] [ək'sept] ['wɪlɪŋli] ?

do	I	accept	willingly	?
做	我	接受	心甘情愿	?

我是否心甘情愿地接受?

['ʃʊəli; 'ʃɔːli] !

Surely	!
一定	!

一定!

[fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ ˈtiː][ɪz][gɒd] [huː] [sendz][ˌaɪ ˈtiː] .

for	it	is	God	Who	sends	it	.
为了	它	是	上帝	WHO	发送	它	.

因为这是上帝差遣的。

['ɑːftə(r)][ɔːl] . . . [ðiːz] ['lɪt(ə)l] ['trʌb(ə)lz] , [lʊkt] [æt; ət] ['kɑːmli] , [wɒt] [ɑː(r); ə(r)] [ðeɪ] ?

After	all	.	.	.	these	little	troubles	,	looked	at	calmly	,	what	are	they	?
后	全部	.	.	.	这些	小的	麻烦	,	看起来	在	平静地	,	什么	是	他们	?

说到底……这些小麻烦，冷静地看一看，又算得了什么呢?

[ɑː] , [ɪf] [ðeə(r)][wɜː(r); wə(r)]['nevə(r)]['eni] [wɜːs] !

Ah	,	if	there	were	never	any	worse	!
啊	, 如果		那里	是	绝不	任何	更糟	!

唉，要是再没有更糟糕的情况就好了!

['sekəndli] , [wiː; wi][mʌst; məst][biː; bi] [prɪ'peəd] [fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm] .

Secondly	,	we	must	be	prepared	for	them	.
第二	,	我们	必须	是	准备	为了	他们	.

其次，我们必须做好准备。

[juː; jʊ] [nəʊ] , [ɪf] [juː; jʊ] [wɪʃ] [tuː; tə] [breɪk] [ðə; ðɪ] [fɔːs] [ɒv; əv][ə; eɪ] [bləʊ] ['fɔːlɪŋ] [ɒn][juː; jʊ] ,

You	know	,	if	you	wish	to	break	the	force	of	a	blow	falling	on	you	,
你	知道	, 如果		你	希望	到	休息	这	力量	的	一个	吹	坠落	在	你	,

你知道，如果你想减轻落在你身上的打击力量，

[juː; jʊ]['nætʃ(ə)rəli] [bend] [ðə; ðɪ] ['bɒdi] ; [səʊ] [let] [ˌjuː 'es][ækt] [wɪð] [rɪ'gɑːd] [tuː; tə]['aʊə(r)] [səʊlz] .

you	naturally	bend	the	body	;	so	let	us	act	with	regard	to	our	souls	.
你	自然	弯曲	这	身体	;	所以	让	我们	行为	和	看待	到	我们的	灵魂	.

你们的身体自然弯曲；所以，让我们也顺应灵魂的需要而行事。

[ə'kʌstəm] [jɔː'self] , [rəʊt] [ə; eɪ] ['paɪəs] ['ɔːθə(r)] , [tuː; tə] [stuːp] [wɪð] [swiːt] [ˌkɒndɪ'senʃn] ,

Accustom	yourself	,	wrote	a	pious	author	,	to	stoop	with	sweet	condescension	,
习惯	你自己	,	写道	一个	虔诚的	作者	,	到	哈腰	和	甜的	居高临下	,

一位虔诚的作家写道：“要习惯于以温柔的居高临下姿态示人。”

[nɒt] ['əʊnli][tuː; tə]['eksədʒənsiːz] ([ðæt] [ɪz][jɔː(r); jə(r)]['djuːti]) ,

not	only	to	exigencies	(	that	is	your	duty	)	,
不是	仅有的	到	紧急情况	(	那	是	你的	责任	)	,

不仅要应对紧急情况（那是你的职责），

[bʌt; bət][tuː; tə][ðə; ðɪ]['sɪmp(ə)l] ['wɪʃɪz] [ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [sə'raʊnd] [juː; jʊ] — [ðə; ðɪ]['æksɪdənts] [wɪtʃ]

but	to	the	simple	wishes	of	those	who	surround	you	—	the	accidents	which
但	到	这	简单的	愿望	的	那些	WHO	环绕	你	—	这	事故	哪个

[meɪ] [ˌɪntə'viːn] ;

may	intervene	;
可能	干预	;

但对于你身边人的简单愿望——以及可能发生的意外；

[juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd] [jɔː'self] ['seldəm] , [ɪf] ['evə(r)] , [krʌʃt] .

you	will	find	yourself	seldom	,	if	ever	,	crushed	.
你	将要	寻找	你自己	很少	, 如果		曾经	,	碎	.

你很少会，甚至几乎不会，感到沮丧。

[tuː; tə] [bend] [ɪz] ['betə(r)] [ðæn; ðən][tuː; tə][beə(r)] ; [tuː; tə][beə(r)][ɪz]['ɒf(ə)n][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [hɑːd] ;

To	bend	is	better	than	to	bear	;	to	bear	is	often	a	little	hard	;
到	弯曲	是	更好的	比	到	熊	;	到	熊	是	经常	一个	小的	难的	;

忍耐胜于屈服；忍耐往往有些艰难；

[tuː; tə] [bend] [ɪmˈplaɪz] [ə; eɪ] [ˈsɜːtˈ(ə)n] [ɪkˈstɜːn(ə)l] [ˈswiːtnəs] [ðæt] [jiːldz] [ɔːl] [kənˈstreɪnt] , [ˈsækrɪfaɪsɪŋ] [ðə; ði]

to	bend	implies	a	certain	external	sweetness	that	yields	all	constraint	,	sacrificing	the
到	弯曲	暗示	一个	肯定	外部的	甜味	那	产量	全部	约束	,	牺牲	这

[ˈwɪʃɪz] ,

wishes	,
愿望	,

屈服意味着某种外在的甜蜜，它放弃了所有的约束，牺牲了愿望。

[ˈiːv(ə)n] [ɪn] [ˈhəʊli] [θɪŋz] , [wen] [ðeɪ] [tend] [tuː; tə] [kɔːz] [ˌdɪsəˈgrɪmənt] [ɪn] [ðə; ði] [ˈfæməli] [ˈsɜːk(ə)l] .

even	in	holy	things	,	when	they	tend	to	cause	disagreements	in	the	family	circle	.
甚至	在	圣	事物	,	什么时候	他们	趋向	到	原因	分歧	在	这	家庭	圆圈	.

即使是神圣的事情，也容易在家庭内部引起分歧。

[səbˈmɪʃn] [ˈɒf(ə)n] [ɪmˈplaɪz] [æn; ən] [ɪnˈtaɪə(r)] [ˌrezɪgˈneɪʃ(ə)n] [tuː; tə] [ɔːl] [ðæt] [gɒd] [pəˈmɪts] .

Submission	often	implies	an	entire	resignation	to	all	that	God	permits	.
提交	经常	暗示	一个	全部的	辞职	到	全部	那	上帝	许可证	.

顺服往往意味着完全接受上帝允许的一切。

[ðə; ði] [səʊl] [ðæt] [ɪnˈdjuə] [fiːlz] [ðə; ði] [weɪt] [ɒv; əv] [ɪts] [ˈtrʌb(ə)l] .

The	soul	that	endures	feels	the	weight	of	its	trouble	.
这	灵魂	那	持续	感觉	这	重量	的	它是	麻烦	.

忍受苦难的灵魂会感受到苦难的重量。

[ðə; ði] [səʊl] [ðæt] [jiːldz] [ˈskeəsli] [pəˈsiːv] [ˌaɪ ˈtiː] .

The	soul	that	yields	scarcely	perceives	it	.
这	灵魂	那	产量	几乎	感知	它	.

屈服的灵魂几乎察觉不到这一点。

[ˈblesɪd; blest] [ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] [ˈdəʊsaɪl] [wʌnz] ; [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] [huːm] [gɒd] [sɪˈlekts] [tuː; tə] [wɜːk]

Blessed	are	those	docile	ones	;	they	are	those	whom	God	selects	to	work
蒙福	是	那些	温顺	一个	;	他们	是	那些	谁	上帝	选择	到	工作

[fɔː(r); fə(r)] [hɪm] .

for	Him	.
为了	他	.

那些温顺的人有福了；他们是上帝拣选为他工作的人。

[ˌɛksˈɛksˈaɪ] .

XXXI	.
xxxi	.

XXXI.

[tuː; tə] [əbˈteɪn] [piːs]

To	Obtain	Peace
到	获得	和平

为了获得和平

[əˈprəʊtʃ] [ðə; ði] [ˈblesɪd; blest] [ˈsækrəmənt] , [əʊ] [ˈrestləs] [səʊl] , [ɪn] [sɜːtʃ] [ɒv; əv] [piːs] , [ænd; ənd] ,

Approach	the	Blessed	Sacrament	,	O	restless	soul	,	in	search	of	peace	,	and	,
方法	这	蒙福	圣餐	,	哦	不安	灵魂	,	在	搜索	的	和平	,	和	,

[ˈhʌmbli] [ˈniːlɪŋ] [ðeə(r)] ,

humbly	kneeling	there	,
谦卑地	跪着	那里	,

不安的灵魂啊，寻求平安的你，来到圣体前，谦卑地跪在那里吧。

[pɔː(r)] [fɔːθ] [ˈbreɪvli] , [ˈsləʊli] , [ænd; ənd] [wɪð] [ˈɜːnɪst] [dɪˈzaɪə(r)] , [ðə; ði] [ˈfɒləʊɪŋ] [preə(r)] : —

pour	forth	bravely	,	slowly	,	and	with	earnest	desire	,	the	following	prayer	:	—
倒	前进	勇敢地	,	缓慢地	,	和	和	认真	欲望	,	这	下列的	祷告	:	—

请勇敢、缓慢且真诚地倾诉以下祷告：——

[əʊ] [ˈdʒiːzəs] , [ˈdʒent(ə)l] [ænd; ənd] [ˈhʌmb(ə)l] [ɒv; əv] [hɑːt] , [hɪə(r)] [ˌem ˈiː] !

O	Jesus	,	gentle	and	humble	of	heart	,	hear	me	!
哦	耶稣	,	温和的	和	谦逊的	的	心	,	听到	我	!

耶稣，您温柔谦卑的心，请听我祷告！

[frɒm; frəm][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][ɒv; əv] ['biːɪŋ] [ɪs'tiːmd] ,

From	the	desire	of	being	esteemed	,
从	这	欲望	的	存在	尊敬的	,

出于渴望受人尊敬，

[frɒm; frəm][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][ɒv; əv] ['biːɪŋ] [lʌvd] ,

From	the	desire	of	being	loved	,
从	这	欲望	的	存在	喜爱	,

出于渴望被爱，

[frɒm; frəm][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][tuː; tə][biː; bi] [sɔːt] ,

From	the	desire	to	be	sought	,
从	这	欲望	到	是	寻求	,

出于被人追捧的渴望，

[dɪ'lɪvə(r)] [ˌem 'iː] , ['dʒiːzəs] .

Deliver	me	,	Jesus	.
递送	我	,	耶稣	.

耶稣，救救我。

[frɒm; frəm][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][tuː; tə][biː; bi][mɔːn, məun] ,

From	the	desire	to	be	mourned	,
从	这	欲望	到	是	哀悼	,

出于渴望被哀悼，

[frɒm; frəm][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][ɒv; əv] [preɪz] ,

From	the	desire	of	praise	,
从	这	欲望	的	称赞	,

出于对赞扬的渴望，

[frɒm; frəm][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][ɒv; əv] ['prefrəns] ,

From	the	desire	of	preference	,
从	这	欲望	的	偏爱	,

出于偏好，

[frɒm; frəm][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][ɒv; əv] ['ɪnfluəns] ,

From	the	desire	of	influence	,
从	这	欲望	的	影响	,

出于对影响力的渴望，

[frɒm; frəm][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][ɒv; əv][ə'pruːv(ə)l] ,

From	the	desire	of	approval	,
从	这	欲望	的	赞同	,

出于渴望获得认可，

[frɒm; frəm][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][ɒv; əv] [ɔː'θɒrəti] ,

From	the	desire	of	authority	,
从	这	欲望	的	权威	,

出于对权威的渴望，

[frɒm; frəm][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv] [hjuːˌmɪli'eɪʃn] ,

From	the	fear	of	humiliation	,
从	这	害怕	的	屈辱	,

出于对羞辱的恐惧，

[frɒm; frəm][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv] ['biːɪŋ] [dɪ'spaɪzd] ,

From	the	fear	of	being	despised	,
从	这	害怕	的	存在	被鄙视的	,

出于害怕被鄙视，

[frɒm; frəm][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv] [rɪ'pʌls] ,

From	the	fear	of	repulse	,
从	这	害怕	的	击退	,

出于对被排斥的恐惧，

[frɒm; frəm][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv] ['kæləmnɪ] ,

From	the	fear	of	calumny	,
从	这	害怕	的	诽谤	,

出于对诽谤的恐惧，

[frɒm; frəm][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv] [ə'blɪviən] ,

From	the	fear	of	oblivion	,
从	这	害怕	的	遗忘	,

出于对遗忘的恐惧，

[frɒm; frəm][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv] ['rɪdɪkjuːl] ,

From	the	fear	of	ridicule	,
从	这	害怕	的	嘲笑	,

出于对嘲笑的恐惧，

[frɒm; frəm][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv]['ɪndʒəri] ,

From	the	fear	of	injury	,
从	这	害怕	的	受伤	,

出于对受伤的恐惧，

[frɒm; frəm][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv] [sə'spɪʃ(ə)n] ,

From	the	fear	of	suspicion	,
从	这	害怕	的	怀疑	,

出于害怕被怀疑，

[dɪ'lɪvə(r)][ˌem 'iː] , ['dʒiːzəs] .

Deliver	me	,	Jesus	.
递送	我	,	耶稣	.

耶稣，救救我。

[ðæt] ['ʌðə(r)z] [meɪ] [biː; bi] [lʌvd] [mɔː(r)][ðæn; ðən][maɪ'self] .

That	others	may	be	loved	more	than	myself	.
那	其他的	可能	是	喜爱	更多的	比	我	.

愿别人比我更受人爱戴。

['dʒiːzəs][grɑːnt] [ðɪs] [dɪ'zaɪə(r)] .

Jesus	grant	this	desire	.
耶稣	授予	这	欲望	.

耶稣，请满足你的愿望。

[ðæt] ['ʌðə(r)z] [meɪ] [biː; bi][mɔː(r)] ['haɪli] [ɪs'tiːmd] .

That	others	may	be	more	highly	esteemed	.
那	其他的	可能	是	更多的	高度	尊敬的	.

或许其他人会更受尊敬。

[ðæt] ['ʌðə(r)z] [meɪ] [grəʊ] [ænd; ənd] [ɪn'kriːs] [ɪn] ['ɒnə(r)] , [ænd; ənd][aɪ] [dɪ'kriːs] .

That	others	may	grow	and	increase	in	honor	,	and	I	decrease	.
那	其他的	可能	生长	和	增加	在	荣誉	,	和	我	减少	.

愿别人的荣耀增长，而我的荣耀却下降。

['dʒiːzəs] , [grɑːnt][ˌem 'iː][tuː; tə][dɪ'zaɪə(r)][ˌaɪ 'tiː] .

Jesus	,	grant	me	to	desire	it	.
耶稣	,	授予	我	到	欲望	它	.

耶稣，请赐予我渴望它的能力。

[ðæt] ['ʌðə(r)z] [meɪ] [biː; bi] [ɪm'plɔɪd] , [ænd; ənd][aɪ][set][ə'saɪd] .

That	others	may	be	employed	,	and	I	set	aside	.
那	其他的	可能	是	受雇	,	和	我	放	旁边	.

以便其他人可以就业，而我则被搁置一旁。

['dʒiːzəs] , [grɑːnt][ˌem 'iː][tuː; tə][dɪ'zaɪə(r)] [ðɪs] .

Jesus	,	grant	me	to	desire	this	.
耶稣	,	授予	我	到	欲望	这	.

耶稣，请允许我渴望这个。

[ðæt] ['ʌðə(r)z] [meɪ] [ə'trækt] [ðə; ði] [preɪz] , [ænd; ənd][maɪ'self][biː; bi] [fə'gɒtn] .

That	others	may	attract	the	praise	,	and	myself	be	forgotten	.
那	其他的	可能	吸引	这	称赞	,	和	我	是	被遗忘的	.

好让别人获得赞扬，而我被遗忘。

[ðæt] ['ʌðə(r)z] [meɪ] [biː; bi] [prɪ'fɜːd] [ɪn][ɔːl] .

That	others	may	be	preferred	in	all	.
那	其他的	可能	是	首选	在	全部	.

让其他人在所有方面都更受欢迎。

[grɑːnt][ˌem 'iː][ðə; ði]['ʌtməʊst] ['həʊlinəs] [ɒv; əv] [wɪtʃ] [aɪ][ˌeɪ 'em]['keɪpəb(ə)l] , [ðen] [let] ['ʌðə(r)z] [biː; bi] [h'əʊliɐ]

Grant	me	the	utmost	holiness	of	which	I	am	capable	,	then	let	others	be	holier
授予	我	这	极致	圣洁	的	哪个	我	是	有能力的	,	然后	让	其他的	是	更神圣

[ðæn; ðən][maɪ'self] .

than	myself	.
比	我	.

赐予我所能达到的最高圣洁，然后让其他人比我更圣洁。

['dʒiːzəs] , [grɑːnt][ˌem 'iː][tuː; tə][dɪ'zaɪə(r)][ˌaɪ 'tiː] !

Jesus	,	grant	me	to	desire	it	!
耶稣	,	授予	我	到	欲望	它	!

耶稣，请赐予我渴望它的能力!

[əʊ] , [ɪf] [gɒd] ['hɑːkən] , — [ænd; ənd] ['hɑːkən] [hiː; hi]['ʃʊəli; 'ʃɔːli] [wɪl] , [ɪf] [jɔː(r); jə(r)] [preə(r)] [hæz; həz]

Oh	,	if	God	hearkens	,	—	and	hearken	He	surely	will	,	if	your	prayer	has
哦	,	如果	上帝	倾听	,	—	和	倾听	他	一定	将要	,	如果	你的	祷告	有

[biːn] [sɪn'sɪə(r)] ,

been	sincere	,
到过	真诚	,

哦，如果上帝垂听——祂一定会垂听，如果你的祈祷是真诚的，

— [wɒt] [dʒɔɪ][ɪn][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] , [wɒt] [piːs] [ɒn][jɔː(r); jə(r)] ['kaʊntənəns] , [wɒt] ['swiːtnəs] [wɪl]

—	what	joy	in	your	heart	,	what	peace	on	your	countenance	,	what	sweetness	will
—	什么	喜悦	在	你的	心	,	什么	和平	在	你的	面容	,	什么	甜味	将要

[pə'veɪd] [jɔː(r); jə(r)] [həʊl] [laɪf] !

pervade	your	whole	life	!
弥漫	你的	所有的	生活	!

—你的心中将充满喜悦，你的脸上将充满平安，你的一生将充满甜蜜!

[mɔː(r)][ðæn; ðən][hɑːf] [wʌnz] ['trʌb(ə)lz] [ə'raɪz][frɒm; frəm][æn; ən][ɪg'zædʒəreɪtɪd][aɪ'dɪə][ɒv; əv] [wʌnz] [əʊn]

More	than	half	one's	troubles	arise	from	an	exaggerated	idea	of	one's	own
更多的	比	一半	一个人的	麻烦	出现	从	一个	夸张的	主意	的	一个人的	自己的

[ɪm'pɔːt(ə)ns] ,

importance	,
重要性	,

超过一半的烦恼都源于过分高估自己的重要性。

[ænd; ənd][ðə; ði] ['efəts] [wiː; wi] [meɪk] [tuː; tə] [ɪn'kriːs] ['aʊə(r)] [pə'zɪʃ(ə)n] [ɪn][ðə; ði] [wɜːld] .

and	the	efforts	we	make	to	increase	our	position	in	the	world	.
和	这	努力	我们	制作	到	增加	我们的	位置	在	这	世界	.

以及我们为提升自身在世界上的地位所做的努力。

[ˌlɑːkɔːr'dɛər] [sez] , [ðæt] [ðə; ði] ['swiːtɪst] [θɪŋ] [ɒn] [ɜːθ] [ɪz][tuː; tə][biː; bi] [fə'gɒtn] [baɪ][ɔːl] ,

Lacordaire	says	,	that	the	sweetest	thing	on	earth	is	to	be	forgotten	by	all	,
拉科代尔	说道	,	那	这	最甜美的	事物	在	地球	是	到	是	被遗忘的	经过	全部	,

拉科代尔说，世上最美好的事莫过于被所有人遗忘。

[wɪð] [ðə; ði] [ɪk'sepʃ(ə)n] [ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [lʌv] [ˌjuː 'es] .

with	the	exception	of	those	who	love	us	.
和	这	例外	的	那些	WHO	爱	我们	.

除了那些爱我们的人。

[ɔːl] [els] [brɪŋz] [mɔː(r)] ['trʌb(ə)l] [ðæn; ðən][dʒɔɪ] ; [ænd; ənd][æz; əz] [suːn] [æz; əz][wiː; wi][hæv; həv] [kəm'plitɪd]

All	else	brings	more	trouble	than	joy	;	and	as	soon	as	we	have	completed
全部	别的	带来	更多的	麻烦	比	喜悦	;	和	作为	很快	作为	我们	有	完全的

['aʊə(r)][tɑːsk][hɪə(r)] ,

our	task	here	,
我们的	任务	这里	,

其他一切都只会带来更多麻烦而非快乐；而且，一旦我们完成了这里的任务，

[ænd; ənd] [fʊl'fɪld] ['aʊə(r)] ['mɪʃ(ə)n] , [ðə; ði] [best] [θɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][ˌjuː 'es][tuː; tə][duː; də][ɪz][tuː; tə] [ˌdɪsə'pɪə(r)]

and	fulfilled	our	mission	,	the	best	thing	for	us	to	do	is	to	disappear
和	已完成	我们的	使命	,	这	最好的	事物	为了	我们	到	做	是	到	消失

[ˌɔːltə'geðə(r)] .

altogether	.
共	.

既然我们已经完成了使命，那么对我们来说最好的做法就是彻底消失。

[let] [ˌjuː 'es] [iːtʃ] ['kʌltɪveɪt] ['keəfəli] [ænd; ənd] ['dʒɔɪəsli] [ðə; ði] ['pɔːʃ(ə)n] [ɒv; əv] [sɔɪl] ['prɒvɪdəns] [hæz; həz]

Let	us	each	cultivate	carefully	and	joyously	the	portion	of	soil	Providence	has
让	我们	每个	培育	小心	和	欣喜地	这	部分	的	土壤	普罗维登斯	有

[kə'mɪtɪd] [tuː; tə]['aʊə(r)][keə(r)] .

committed	to	our	care	.
坚定的	到	我们的	关心	.

让我们每个人都用心、用心、满怀喜悦地耕耘上帝托付给我们照料的那片土地。

[let] [ˌjuː 'es]['nevə(r)][biː; bi] ['hɪndəd] [ɔː(r)] [dɪ'stræktɪd] [baɪ] [æm'bɪʃəs] [θɔːts] , [ðæt] [wiː; wi][kʊd; kəd]

Let	us	never	be	hindered	or	distracted	by	ambitious	thoughts	,	that	we	could
让	我们	绝不	是	受阻	或者	愣	经过	雄心勃勃	想法	,	那	我们	可以

[duː; də]['betə(r)] ,

do	better	,
做	更好的	,

让我们永远不要被"我们可以做得更好"这样雄心勃勃的想法所阻碍或分散注意力。

[ɔː(r)][ə; eɪ] [fɔːls] [ziːl] ['temptɪŋ] [ˌjuː 'es][tuː; tə] [fə'seɪk] ['aʊə(r)] ['deɪli] [tɑːsk] [wɪð] [ðə; ði] [veɪn] [dɪ'zaɪə(r)][tuː; tə]

or	a	false	zeal	tempting	us	to	forsake	our	daily	task	with	the	vain	desire	to
或者	一个	错误的	热情	诱人的	我们	到	背叛	我们的	日常的	任务	和	这	徒劳	欲望	到

[sə'pɑːs] ['aʊə(r)] ['neɪbəz] . . . .

surpass	our	neighbors	.	.	.	.
超过	我们的	邻居	.	.	.	.

或者是一种虚假的热情，诱使我们放弃日常工作，一心想要超越邻居.....

[let] [ðɪs] [wʌn] [θɔːt] ['ɒkjupaɪ]['aʊə(r)][maɪndz] .

Let	this	one	thought	occupy	our	minds	.
让	这	一	想法	占据	我们的	思想	.

让我们的脑海中只剩下这一个念头。

[tuː; tə][duː; də] [wel] [wɒt] [ɪz]['gɪv(ə)n][ˌjuː 'es][tuː; tə][duː; də] ,

To	do	well	what	is	given	us	to	do	,
到	做	出色地	什么	是	给定	我们	到	做	,

做好我们被赋予的任务，

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] [ɪz][ɔːl] [ðæt] [gɒd] [rɪ'kwaɪəz] [æt; ət]['aʊə(r)][hændz] .

for	this	is	all	that	God	requires	at	our	hands	.
为了	这	是	全部	那	上帝	需要	在	我们的	双手	.

因为这就是上帝对我们全部的要求。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [sʌmd] [ʌp] [ɪn][fɔː(r)] [wɜːdz] , — ['sɪmpli] , ['zeləsli] , ['tʃɪəfəli] , [kəm'pliːtli] .

It	may	be	summed	up	in	four	words	,	—	simply	,	zealously	,	cheerfully	,	completely	.
它	可能	是	总结	向上	在	四	字	,	—	简单地	,	热忱地	,	愉快地	,	完全地	.

可以用四个词来概括：简单地、热情地、愉快地、彻底地。

[ðen] [ɪf] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [slait] , [ˌmɪsʌndə'stʊd] , [mə'lain] , [ɔː(r)] ['pəːsikjuːtid] , [wɒt] [dʌz] [ˌaɪ 'tiː]

Then	if	we	are	slighted	,	misunderstood	,	maligned	,	or	persecuted	,	what	does	it
然后	如果	我们	是	轻视	,	被误解	,	受人诋毁	,	或者	受迫害	,	什么	做	它

['mætə(r)] ?

matter	?
事情	?

那么，如果我们受到轻视、误解、诽谤或迫害，又有什么关系呢?

[ðiːz] ['ɪndʒəriz] [wɪl] [pɑːs] [ə'weɪ] ; [bʌt; bət][ðə; ði] [piːs] [ænd; ənd] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd] [wɪl] [rɪ'meɪn] [wɪð]

These	injuries	will	pass	away	;	but	the	peace	and	love	of	God	will	remain	with
这些	受伤	将要	经过	离开	;	但	这	和平	和	爱	的	上帝	将要	保持	和

[ˌjuː 'es][fər'evə(r)] ,

us	forever	,
我们	永远	,

这些伤痛终会过去，但上帝的平安和慈爱将永远与我们同在。

[ðə; ði] [rɪ'wɔːd] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [feɪθ] [ænd; ənd] ['peɪʃ(ə)ns] .

the	reward	of	our	faith	and	patience	.
这	报酬	的	我们的	信仰	和	耐心	.

这是我们对信仰和耐心的回报。

[ðə; ði] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd] !

The	love	of	God	!
这	爱	的	上帝	!

神的爱!

[huː] [kæn; kən] [dɪ'skraɪb] [ɔːl][ðə; ði][dʒɔɪ] , [streŋθ] , [ænd; ənd][ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n][ˌaɪ 'tiː] [rɪ'viːlz] ?

Who	can	describe	all	the	joy	,	strength	,	and	consolation	it	reveals	?
WHO	能	描述	全部	这	喜悦	,	力量	,	和	安慰	它	揭示	?

谁能描述它所展现的所有喜悦、力量和慰藉?

['nevə(r)][hæz; həz]['hjuːmən] [lʌv] , [ɪn][ɪts] [bɹ'aɪtəst] [driːmz] ,

Never	has	human	love	,	in	its	brightest	dreams	,
绝不	有	人类	爱	,	在	它是	最亮的	梦境	,

人类的爱，即使在最美好的梦想中，也从未有过。

[biːn] ['eɪb(ə)l][tuː; tə] [fɔːm] ['eni] [aɪ'dɪə][ɒv; əv][ɔːl][ðə; ði] ['swiːtnəs] [ðə; ði] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd] [ɪm'pɑːts] [tuː; tə]

been	able	to	form	any	idea	of	all	the	sweetness	the	love	of	God	imparts	to
到过	有能力的	到	形式	任何	主意	的	全部	这	甜味	这	爱	的	上帝	赋予	到

[ðə; ði] [səʊl] ,

the	soul	,
这	灵魂	,

至今仍无法体会到上帝的爱带给灵魂的所有甜蜜。

[ænd; ənd] [wɪtʃ] [ɪz] [brɔːt] [stɪl] ['nɪərə(r)][tuː; tə][ˌjuː 'es][ɪn][ðə; ði]['blesɪd; blest] ['sækrəmənt] .

and	which	is	brought	still	nearer	to	us	in	the	Blessed	Sacrament	.
和	哪个	是	带来	仍然	更近	到	我们	在	这	蒙福	圣餐	.

在至圣圣体中，这神圣的恩典与我们更加亲近。

[ai][kæn; kən] [wel] [ˌʌndə'stænd] [ðə; ði] [wɜːdz] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['lʌvɪŋ] [səʊl] : " [wɪð] ['hev(ə)n] [səʊ][nɪə(r)] ,

I	can	well	understand	the	words	of	a	loving	soul	:	"	With	heaven	so	near	,
我	能	出色地	理解	这	字	的	一个	爱	灵魂	:	"	和	天堂	所以	靠近	,

我完全能理解一个充满爱心的人所说的话：“天堂如此之近，

[ænd; ənd] ['deɪli] [kə'mjuːniən] [wɪð] ['aʊə(r)] [gɒd] , [haʊ] [kæn; kən][wiː; wi]['evə(r)] [rɪ'peɪn] !

and	daily	communion	with	our	God	,	how	can	we	ever	repine	!
和	日常的	圣餐	和	我们的	上帝	,	如何	能	我们	曾经	抱怨	!

我们怎能不每日与神交流呢!

" [ˌɛks'ɛks'tuː] .

"	XXXII	.
"	xxxii	.

“第三十二条

['ɑːftə(r)]['həʊli] [kə'mjuːniən]
After **Holy** **Communion**
后 圣 圣餐

圣餐之后

['aʊə(r)] ['fɑːðə(r)] [wɪtʃ] [ɑːt] [ɪn] ['hev(ə)n]
OUR **FATHER** **WHICH** **ART** **IN** **HEAVEN**
我们的 父亲 哪个 艺术 在 天堂

我们在天上的父

[əʊ]['dʒiːzəs] !
O **Jesus** **!**
哦 耶稣 !

哦，耶稣！

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðaʊ] [huː] [bɪd] [ˌem 'iː] [seɪ] , ['fɑːðə(r)] !
it **is** **Thou** **Who** **biddest** **me** **say** **,** **Father** **!**
它 是 你 WHO 出价 我 说 , 父亲 !

是你吩咐我说：“父亲！”

[maɪ]['fɑːðə(r)] !
My **Father** **!**
我的 父亲 !

我的父亲！

[əʊ] [haʊ] [ðæt] [neɪm] [riˈdʒɔis] [maɪ] [hɑːt] !
Oh **how** **that** **Name** **rejoices** **my** **heart** **!**
哦 如何 那 姓名 欢欣鼓舞 我的 心 !

哦，这圣名使我的心何等欢欣！

[maɪ]['fɑːðə(r)] !
My **Father** **!**
我的 父亲 !

我的父亲！

[aɪ][kæn; kən][nəʊ][lɒŋgə(r)] [fiːl] [ə'ləʊn] ; [ænd; ənd] [wɒt'evə(r)] [meɪ] ['hæpən] [tuː; tə][ˌem 'iː] [ðɪs] [deɪ] ,
I **can** **no** **longer** **feel** **alone** **;** **and** **whatever** **may** **happen** **to** **me** **this** **day** **,**
我 能 不 更长 感觉 独自的 ; 和 任何 可能 发生 到 我 这 天 ,

我不再感到孤单；无论今天会发生什么事，

[aɪ] [fiːl] [aɪ][ˌeɪ 'em] [prə'tektɪd] , ['kʌmfət] , [bɪ'lʌvɪd] .
I **feel** **I** **am** **protected** **,** **comforted** **,** **beloved** **.**
我 感觉 我 是 受保护 , 安慰 , 心爱 .

我感到自己受到保护、安慰和爱。

['dʒiːzəs] !
Jesus **!**
耶稣 !

耶稣！

[let][ˌem 'iː] [dwel] [ɒn][ðə; ði] ['swiːtnəs] [ɒv; əv] [ðəʊz] [wɜːdz] :
let **me** **dwell** **on** **the** **sweetness** **of** **those** **words** **:**
让 我 住 在 这 甜味 的 那些 字 :

让我细细品味这些话语的美好：

[maɪ]['fɑːðə(r)] !
My **Father** **!**
我的 父亲 !

我的父亲！

[aɪ] [niːd] [nɒt] [lɪft][maɪ] [aɪz] [tuː; tə] ['hev(ə)n] , [ðaʊ] [ɑːt] [wɪ'ðɪn] [ˌem 'iː] ,
I **need** **not** **lift** **my** **eyes** **to** **heaven** **,** **Thou** **art** **within** **me** **,**
我 需要 不是 举起 我的 眼睛 到 天堂 , 你 艺术 之内 我 ,

我无需抬头仰望苍天，你就在我心中。

[ænd; ənd] [weə(r)] [ðaʊ] ['dwɛləst] ['hev(ə)n] [mʌst; məst][biː; bi] .

and	where	Thou	dwellest	heaven	must	be	.
和	在哪里	你	居住地	天堂	必须	是	.

祢居住的地方，必定是天堂。

[jes] ! ['hev(ə)n] [ɪz] [wɪ'ðɪn] [ˌem 'iː] !

Yes	!	heaven	is	within	me	!
是的	!	天堂	是	之内	我	!

是的！天堂就在我心中！

['hev(ə)n] [wɪð] [ɔːl] [ɪts] [piːs] [ænd; ənd] [lʌv] ; [ænd; ənd] [ɪf] [ai] [kiːp] [friː] [frɒm; frəm] [gaɪl] [ðɪs] [deɪ] ,

heaven	with	all	its	peace	and	love	;	and	if	I	keep	free	from	guile	this	day	,
天堂	和	全部	它是	和平	和	爱	;	和	如果	我	保持	自由的	从	诡计	这	天	,

天堂充满和平与爱；如果我今天能保持纯洁无瑕，

[maɪ] [deɪ] [wɪl] [biː; bi][wʌn][ɒv; əv] ['hev(ə)nli] [dʒɔɪ] , [ænd; ənd][ɪn] [ə'dɪʃ(ə)n] , [ðə; ði] ['prɪvəlɪdʒ] [ɒv; əv]

my	day	will	be	one	of	heavenly	joy	,	and	in	addition	,	the	privilege	of
我的	天	将要	是	一	的	天上	喜悦	,	和	在	添加	,	这	特权	的

['sʌfərɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] [ðiː] .

suffering	for	Thee	.
痛苦	为了	汝	.

我今天将充满天上的喜乐，此外，还有幸为你受苦。

['hæləʊd] [biː; bi] [ðaɪ] [neɪm]

HALLOWED	BE	THY	NAME
神圣的	是	你的	姓名

愿你的名被尊为圣

[tuː; tə] ['hæləʊ] [ðaɪ] [neɪm] , [əʊ] [lɔːd] , [ɪz][tuː; tə] [prə'naʊns] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] ['revərəns] [ænd; ənd] [ɔː] .

To	hallow	Thy	Name	,	O	Lord	,	is	to	pronounce	it	with	reverence	and	awe	.
到	神圣的	你的	姓名	,	哦	主	,	是	到	发音	它	和	尊敬	和	敬畏	.

尊崇祢的名，主啊，就是以敬畏之心念诵它。

[tuː; tə] - [deɪ] [ai] [wɪl] [preɪ] [mɔː(r)] ['fɜːvəntli] , [traɪ][tuː; tə] ['riːəlaɪz] [ðaɪ] ['prez(ə)ns] , [ðaɪ] ['gʊdnəs] , [ðaɪ]

To	-	day	I	will	pray	more	fervently	,	try	to	realize	Thy	Presence	,	Thy	Goodness	,	Thy
到	-	天	我	将要	祈祷	更多的	热切地	,	尝试	到	意识到	你的	在场	,	你的	善良	,	你的

[lʌv] ;

Love	;
爱	;

今天我将更加虔诚地祈祷，努力体悟你的存在、你的良善、你的爱；

[ænd; ənd][maɪ] [hɑːt] [ʃæl; ʃəl][biː; bi][ə; eɪ] ['sæŋktʃuəri] ['ɪntuː] [wɪtʃ] ['nʌθɪŋ] [ʃæl; ʃəl] ['penətreɪt] [ðæt] [kʊd; kəd]

and	my	heart	shall	be	a	sanctuary	into	which	nothing	shall	penetrate	that	could
和	我的	心	将	是	一个	避难所	进入	哪个	没有什么	将	穿透	那	可以

[biː; bi] [dɪs'pliːzɪŋ] ['ʌntə; 'ʌntu] [ðiː] .

be	displeasing	unto	Thee	.
是	令人不快	到	汝	.

我的心将成为你的圣所，任何令你不悦的事物都无法进入。

[tuː; tə] ['hæləʊ] [ðaɪ] [neɪm] [ɪz][tuː; tə][kɔːl] [ə'pɒn] [ˌaɪ 'tiː] ['fɜːvəntli] , [tuː; tə][hæv; həv][ˌaɪ 'tiː] ['kɒnstəntli] [ə'pɒn]

To	hallow	Thy	Name	is	to	call	upon	it	fervently	,	to	have	it	constantly	upon
到	神圣的	你的	姓名	是	到	称呼	之上	它	热切地	,	到	有	它	不断地	之上

[maɪ][lɪps] ;

my	lips	;
我的	嘴唇	;

圣化祢的名，就是热切地呼求祢的名，让祢的名时常出现在我的唇边；

[əˈbʌv] [ɔːl] , [bɪˈfɔː(r)] [ˈteɪkɪŋ] [æn; ən] [ɪmˈpɔːt(ə)nt] [step] , [wen] [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [ˈdɪfɪkəltɪz] [tuː; tə] [biː; bi]

above	all	,	before	taking	an	important	step	,	when	there	are	difficulties	to	be
多于	全部	,	前	采取	一个	重要的	步	,	什么时候	那里	是	困难	到	是

[ˌəʊvəˈkʌm] ,

overcome	,
克服	,

尤其是在采取重要步骤之前，当遇到困难需要克服时，

[ai] [wɪl] [ˈsɒftli] [ˈwɪspə(r)] [ðə; ði] [ˌɪnvəˈkeɪʃn] , [wɪtʃ] [ɪz] [ðə; ði] [ˈsiːkrət] [ɒv; əv] [ɔːl] [ˈhəʊli] [ˈlɪvɪŋ] !

I	will	softly	whisper	the	Invocation	,	which	is	the	secret	of	all	holy	living	!
我	将要	轻轻	耳语	这	调用	,	哪个	是	这	秘密	的	全部	圣	活的	!

我将轻声低语祈祷文，这是所有圣洁生活的秘密！

" [ˈdʒiːzəs] , [miːk] [ænd; ənd] [ˈhʌmb(ə)l] [ɒv; əv] [hɑːt] , [hæv; həv] [ˈpɪti] [əˈpɒn] [ˌem ˈiː] .

"	Jesus	,	meek	and	humble	of	heart	,	have	pity	upon	me	.
"	耶稣	,	温顺	和	谦逊的	的	心	,	有	遗憾	之上	我	.

“耶稣，你谦卑温柔，求你怜悯我。”

" [ðaɪ] [ˈkɪŋdəm] [kʌm]

"	THY	KINGDOM	COME
"	你的	王国	来

愿你的国降临

[əʊ] [ˈdʒiːzəs] , [ðaɪ] [ˈkɪŋdəm] [ɪz] [wɪˈðɪn] [maɪ] [hɑːt] , [reɪn] [ðeə(r)] [ɪn] [ɔːl] [ðaɪ] [ˈsɒvrənti] [ænd; ənd]

O	Jesus	,	Thy	kingdom	is	within	my	heart	,	reign	there	in	all	Thy	sovereignty	and
哦	耶稣	,	你的	王国	是	之内	我的	心	,	在位	那里	在	全部	你的	主权	和

[ˈpaʊə(r)] ,

power	,
力量	,

哦，耶稣，你的国度就在我的心中，求你以你的主权和能力在那里掌权。

[reɪn] [ðeə(r)] [ˈæbsəluːtli] !

reign	there	absolutely	!
在位	那里	绝对地	!

绝对统治那里！

[maɪ] [kɪŋ] !

My	King	!
我的	国王	!

我的国王！

[wɒt] [dʌst] [ðaʊ] [rɪˈkwaɪə(r)] [ɒv; əv] [ˌem ˈiː] [tuː; tə] - [deɪ] ?

what	dost	Thou	require	of	me	to	-	day	?
什么	朋友	你	要求	的	我	到	-	天	?

今天，你向我要做什么?

[ðaɪ] [kəˈmændmənts] , [maɪ] [ruːl] [ɒv; əv] [laɪf] , [maɪ] [ˈdeɪli] [ˈdjuːtiz] ,

Thy	commandments	,	my	rule	of	life	,	my	daily	duties	,
你的	诫命	,	我的	规则	的	生活	,	我的	日常的	职责	,

你的诫命，我的生活准则，我每日的职责，

— [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [ðaɪ] [kəˈmændz] [ðæt] [aɪ] [wɪl] [ˈprɒmɪs] [tuː; tə] [əˈbeɪ] ; [mɔː(r)] [ðæn; ðən] [ðæt] ,

—	these	are	Thy	commands	that	I	will	promise	to	obey	;	more	than	that	,
—	这些	是	你的	命令	那	我	将要	承诺	到	服从	;	更多的	比	那	,

——这些是你的命令，我承诺会遵守；不仅如此，

[aɪ] [wɪl] [rɪˈgɑːd] [ɔːl] [ɪn] [ɔːˈθɒrəti] [ˈəʊvə(r)] [ˌem ˈiː] [æz; əz] [ðaɪn] [æmˈbæsədəz] , [ˈspiːkɪŋ] [tuː; tə] [ˌem ˈiː] [ɪn] [ðaɪ] [neɪm] .

I	will	regard	all	in	authority	over	me	as	Thine	Ambassadors	,	speaking	to	me	in	Thy	Name	.
我	将要	看待	全部	在	权威	超过	我	作为	瘦	大使们	,	请讲	到	我	在	你的	姓名	.

我将视所有在我之上掌权的人为你的使者，奉你的名与我说话。

[wɒt] ['mætəz] [ðə; ði] [təʊn] [ɔː(r)] [ðə; ði] ['hɑːʃnəs] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['ɔːdə(r)] ?

What	**matters**	**the**	**tone**	**or**	**the**	**harshness**	**of**	**the**	**order**	**?**
什么	事情	这	语气	或者	这	严厉	的	这	命令	?

命令的语气或严厉程度重要吗?

[wɒt] [dʌz] [ˌaɪ 'tiː]['sɪgnɪfaɪ] [ɪf] [sʌm; səm] [ˌʌnɪk'spektɪd] [kə'mɑːnd] [ʌp'sets; 'ʌpsets] [ɔːl] [maɪ] ['priːviəs] [plænz]

What	**does**	**it**	**signify**	**if**	**some**	**unexpected**	**command**	**upsets**	**all**	**my**	**previous**	**plans**
什么	做	它	表示	如果	一些	意外	命令	爆冷	全部	我的	以前的	计划

?

?

?

如果一个意料之外的命令打乱了我之前的所有计划，这意味着什么?

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðaɪ] [vɔɪs] [aɪ][hɪə(r)] , [ðəʊ] [lɔːd] , [huːm] [aɪ] [wɪl] [ə'beɪ] ['ɔːlweɪz] , [ænd; ənd][ɪn] [ɔːl] [θɪŋz] .

It	**is**	**Thy**	**Voice**	**I**	**hear**	**,**	**Thou**	**Lord**	**,**	**Whom**	**I**	**will**	**obey**	**always**	**,**	**and**	**in**	**all**	**things**	**.**
它	是	你的	嗓音	我	听到	,	你	主	,	谁	我	将要	服从	总是	,	和	在	全部	事物	.

主啊，我听见的是你的声音，我必永远顺服你，凡事都听从你。

[ðaɪ] ['kɪŋdəm] [ɪz]['ɔːlsəʊ][ɪn][ðə; ði] [hɑːts] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] ; [ænd; ənd][ðeə(r)] [wʊd] [aɪ] [siː] [ðiː] ['reɪnɪŋ]

Thy	**kingdom**	**is**	**also**	**in**	**the**	**hearts**	**of**	**others**	**;**	**and**	**there**	**would**	**I**	**see**	**Thee**	**reigning**
你的	王国	是	还	在	这	心	的	其他的	;	和	那里	会	我	看	汝	统治

.

:

.

你的国度也存在于他人的心中；在那里，我愿亲眼目睹你统治。

[ðen] [tuː; tə] [huːm] [kæn; kən][aɪ] [spiːk] [ɒv; əv] [ðiː] [ðɪs] [deɪ] ?

Then	**to**	**whom**	**can**	**I**	**speak**	**of**	**Thee**	**this**	**day**	**?**
然后	到	谁	能	我	说话	的	汝	这	天	?

那么，我今天还能跟谁谈论你呢?

[wɒt] ['kaunsəl] [kæn; kən][aɪ] [gɪv] ?

What	**counsels**	**can**	**I**	**give**	**?**
什么	律师	能	我	给	?

我能给出什么建议?

[wɒt] ['moʊmənts] [meɪ] [aɪ] [siːz] , [ɪn] [wɪtʃ] , [wɪ'ðaʊt] ['wuːndɪŋ] [ðə; ði] ['fiːlɪŋz] , [ɔː(r)] [pə'reɪd] [maɪ]

What	**moments**	**may**	**I**	**seize**	**,**	**in**	**which**	**,**	**without**	**wounding**	**the**	**feelings**	**,**	**or**	**parading**	**my**
什么	时刻	可能	我	抢占	,	在	哪个	,	没有	受伤	这	情怀	,	或者	游行	我的

[ziːl] ,

zeal	**,**
热情	,

我应该抓住哪些时刻，才能既不伤害他人的感情，又不炫耀我的热情?

[aɪ] [meɪ] [biː; bi] [ə'laʊd] [tuː; tə] [spiːk] [ə; eɪ] [fjuː] [wɜːdz] [ɒv; əv]['paɪəti] ?

I	**may**	**be**	**allowed**	**to**	**speak**	**a**	**few**	**words**	**of**	**piety**	**?**
我	可能	是	允许	到	说话	一个	很少	字	的	虔诚	?

我可以说几句虔诚的话吗?

[lɔːd] , [let] [ˌem 'iː][hæv; həv][ðə; ði] [ˌɒpə'tjuːnəti] [tuː; tə] [help] [ə'nʌðə(r)] [tuː; tə] [lʌv] [ðiː] !

Lord	**,**	**let**	**me**	**have**	**the**	**opportunity**	**to**	**help**	**another**	**to**	**love**	**Thee**	**!**
主	,	让	我	有	这	机会	到	帮助	其他	到	爱	汝	!

主啊，请让我有机会帮助别人爱您!

[ðaɪ] [wɪl] [biː; bi] [dʌn] [ɪn] [ɜːθ] , [æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ɪn] ['hev(ə)n]

THY	**WILL**	**BE**	**DONE**	**IN**	**EARTH**	**,**	**AS**	**IT**	**IS**	**IN**	**HEAVEN**
你的	将要	是	完毕	在	地球	,	作为	它	是	在	天堂

愿你的旨意行在地上，如同行在天上。

[jes] , [jes] !

Yes	**,**	**yes**	**!**
是的	,	是的	!

是的，是的!

[ðaɪ] [wɪl] [biː; bi] [dʌn] !
Thy Will be done !
你的 将要 是 完毕 !

愿你的旨意成就!

[ðaɪ] [swiːt] [ɔːl] - ['pɜːfɪkt] [wɪl] !
Thy sweet all - perfect Will !
你的 甜的 全部 - 完美的 将要 !

你那甜蜜完美的旨意!

[wɒt] [wɪlt] [ðaʊ] [send] [ˌem 'iː] [tuː; tə] - [deɪ] ?
What wilt Thou send me to - day ?
什么 枯萎 你 发送 我 到 - 天 ?

今天你将差遣我什么呢?

[hjuːˌmɪli'eɪʃn] ?
Humiliation ?
屈辱 ?

屈辱?

[ˌprɒvə'keɪʃ(ə)n] ?
Provocation ?
挑衅 ?

挑衅?

['sʌfərɪŋz] ?
Sufferings ?
苦难 ?

苦难?

[ə; eɪ] [freʃ] ['rendɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [hɑːt] ?
A fresh rending of the heart ?
一个 新鲜的 渲染 的 这 心 ?

又一次撕心裂肺的伤痛?

[ə; eɪ] [ˌdɪsə'pɔɪntmənt] ?
A disappointment ?
一个 失望 ?

令人失望吗?

[ʃæl; ʃəl] [ai] [siː] [maɪ'self] [ˌmis'dʒʌdʒ] , ['fɔːlsli] [sə'spektɪd] , [dɪ'spaɪzd] ?
Shall I see myself misjudged , falsely suspected , despised ?
将 我 看 我 判断失误 , 错误地 怀疑 , 被鄙视的 ?

我是否应该眼睁睁地看着自己被误解、被诬陷、被鄙视?

[ai] [ək'sept] [bɪ'fɔːhænd] [ɔːl] [ðæt] [ðaʊ] [sɛndɪst] [ˌem 'iː] ; [ænd; ənd] [ɪf] [θruː] ['wiːknəs] [ai] [wiːp] ,
I accept beforehand all that Thou sendest me ; and if through weakness I weep ,
我 接受 预先 全部 那 你 最 我 ; 和 如果 通过 弱点 我 哭泣 ,

我预先接受你赐予我的一切；如果我因软弱而哭泣，

['sʌfə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [biː; bi] [səʊ] ; [ɪf] [ai] ['mɜːmə(r)] , [tʃek] [ˌem 'iː] ; [ɪf] [ai] [ˌeɪ 'em] [vekst] , [kə'rekt] [ˌem 'iː] ;
suffer it to be so ; if I murmur , check me ; if I am vexed , correct me ;
遭受 它 到 是 所以 ; 如果 我 低语 , 查看 我 ; 如果 我 是 烦恼 , 正确的 我 ;

就让事情这样吧；如果我抱怨，请制止我；如果我生气，请纠正我；

[ɪf] ['həʊpləs] , [ɪn'kʌrɪdʒ] [ˌem 'iː] .
if hopeless , encourage me .
如果 绝望 , 鼓励 我 .

如果感到绝望，请鼓励我。

[jes] , [jes] !
Yes , yes !
是的 , 是的 !

是的，是的!

[let] [ðaɪ] [swiːt] [ænd; ənd]['həʊli] [wɪl] [biː; bi] [dʌn] !

Let	Thy	sweet	and	holy	Will	be	done	!
让	你的	甜的	和	圣	将要	是	完毕	!

愿祢甜蜜圣洁的旨意成就!

['iːv(ə)n] , [əʊ] [lɔːd] , [ɪf] [tuː; tə]['glɔːrɪfaɪ] [ðiː] , [ai][mʌst; məst][biː; bi][hjuː'mɪlieɪtɪd] , ['sʌfərɪŋ] , ['juːsləs] ,

Even	,	O	Lord	,	if	to	glorify	Thee	,	I	must	be	humiliated	,	suffering	,	useless	,
甚至	,	哦	主	,	如果	到	荣耀	汝	,	我	必须	是	受辱	,	痛苦	,	无用	,

[ænd; ənd] [fə'seɪkən] ,

and	forsaken	,
和	被遗弃的	,

主啊，即使为了荣耀你，我必须遭受羞辱、痛苦、无用和被遗弃，

[stɪl] , [lɔːd] , [steɪ] [nɒt] [ðaɪn] [hænd] , [ai][ˌeɪ 'em] ['həʊlli] [ðaɪn] .

still	,	Lord	,	stay	not	Thine	Hand	,	I	am	wholly	Thine	.
仍然	,	主	,	停留	不是	瘦	手	,	我	是	完全	瘦	.

主啊，请不要停止你的手，我完全属于你。

[gɪv] [ˌjuː 'es] [ðɪs] [deɪ] ['aʊə(r)] ['deɪli] [bred]

GIVE	US	THIS	DAY	OUR	DAILY	BREAD
给	我们	这	天	我们的	日常的	面包

我们日用的饮食，今日赐给我们。

[haʊ] ['blesɪd; blest] , [əʊ] [lɔːd] , [tuː; tə] [dɪ'pend] ['əʊnli][ə'pɒn] [ðiː] . . . [bɪ'həʊld][ˌem 'iː] , [ðaɪ] [tʃaɪld] ,

How	blessed	,	O	Lord	,	to	depend	only	upon	Thee	.	.	.	behold	me	,	Thy	child	,
如何	蒙福	,	哦	主	,	到	依赖	仅有的	之上	汝	.	.	.	看哪	我	,	你的	孩子	,

主啊，我何等有福，只倚靠祢……看哪，祢的孩子，

['weɪtɪŋ] [wɪð] [ˌaʊt'stretʃt] [hænd][tuː; tə] [rɪ'siːv] [ðaɪ] ['benɪfɪts] .

waiting	with	outstretched	hand	to	receive	Thy	benefits	.
等待	和	伸展	手	到	收到	你的	好处	.

伸出双手，等待接受你的恩惠。

[grɑːnt][ˌem 'iː][maɪ] ['tempərəl] ['blesɪŋz] , — ['kləʊðɪŋ] , ['nʌrɪʃmənt] , ['ʃeltə(r)] . . . [bʌt; bət][nɒt] [tuː]

Grant	me	my	temporal	blessings	,	—	clothing	,	nourishment	,	shelter	.	.	.	but	not	too
授予	我	我的	颞	祝福	,	—	衣服	,	营养	,	庇护所	.	.	.	但	不是	也

[mʌtʃ] [ɒv; əv] ['eniθɪŋ] ;

much	of	anything	;
很多	的	任何事物	;

请赐予我世俗的幸福——衣食住行……但不要给我太多任何东西;

[ænd; ənd][let][ˌem 'iː][hæv; həv][ðə; ði] ['hæpinəs] [ɒv; əv] ['ʃeərɪŋ] [maɪ] ['blesɪŋz] [wɪð] [ðəʊz] ['pʊrər]

and	let	me	have	the	happiness	of	sharing	my	blessings	with	those	poorer
和	让	我	有	这	幸福	的	分享	我的	祝福	和	那些	贫穷

[ðæn; ðən][maɪ'self][tuː; tə] - [deɪ] .

than	myself	to	-	day	.
比	我	到	-	天	.

让我有幸与今天比我贫穷的人分享我的福气吧。

[grɑːnt][ˌem 'iː][ðə; ði] ['blesɪŋ] [ɒv; əv] [ɪn'telɪdʒəns] , [ðæt] [ai] [meɪ] [riːd] ,

Grant	me	the	blessing	of	intelligence	,	that	I	may	read	,
授予	我	这	祝福	的	智力	,	那	我	可能	读	,

请赐予我智慧，使我能阅读。

[ɔː(r)][hɪə(r)][wʌn][ɒv; əv] [ðəʊz] ['gəʊldən] ['kaunsəl] [ðæt] ['elɪveɪt] [ðə; ði] [səʊl] , [ænd; ənd] [lend] [wɪŋz] [tuː; tə]

or	hear	one	of	those	golden	counsels	that	elevate	the	soul	,	and	lend	wings	to
或者	听到	一	的	那些	金的	律师	那	提升	这	灵魂	,	和	借	翅膀	到

[ðə; ði] [θɔːts] .

the	thoughts	.
这	想法	.

或者聆听那些能提升灵魂、启迪思想的金玉良言。

[grɑːnt][ˌem ˈiː][ðə; ði] [ˈlʌvɪŋ] [hɑːt] , [əʊ][maɪ][ˈfɑːðə(r)] !

Grant	**me**	**the**	**loving**	**heart**	**,**	**O**	**my**	**Father**	**!**
授予	我	这	爱	心	,	哦	我的	父亲	!

天父啊，请赐予我一颗慈爱的心!

[ðæt] [aɪ] [meɪ] [fiːl] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ]['məʊmənt] [haʊ] [aɪ] [lʌv] [ðiː] , [ænd; ənd] [ðaɪ] [lʌv] [təˈwɔːdz] [ˌem ˈiː] ;

that	**I**	**may**	**feel**	**for**	**a**	**moment**	**how**	**I**	**love**	**Thee**	**,**	**and**	**Thy**	**love**	**towards**	**me**	**;**
那	我	可能	感觉	为了	一个	片刻	如何	我	爱	汝	,	和	你的	爱	向	我	;

好让我能片刻感受到我对你的爱，以及你对我的爱；

[let] [ˌem ˈiː]['sækrɪfaɪs] [maɪ'self][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['welfeə(r)][ɒv; əv] [ə'nʌðə(r)] .

let	**me**	**sacrifice**	**myself**	**for**	**the**	**welfare**	**of**	**another**	**.**
让	我	牺牲	我	为了	这	福利	的	其他	.

让我为他人的福祉牺牲自己。

[gɪv] [ˌem ˈiː][ðə; ði] [bred] [ɒv; əv] [laɪf] , [ðə; ði]['həʊli] ['juːkərɪst] !

Give	**me**	**the**	**Bread**	**of**	**Life**	**,**	**the**	**Holy**	**Eucharist**	**!**
给	我	这	面包	的	生活	,	这	圣	圣餐	!

请赐予我生命之粮，圣体圣事!

[aɪ][hæv; həv][dʒʌst] [rɪ'siːvd] [ˌaɪ 'tiː] , [lɔːd] !

I	**have**	**just**	**received**	**it**	**,**	**Lord**	**!**
我	有	只是	已收到	它	,	主	!

主啊，我刚刚收到了!

[grɑːnt][ˌem ˈiː] [ə'gen] [eə(r)] [lɒŋ] [ðæt] [greɪt] ['blesɪŋ] .

Grant	**me**	**again**	**ere**	**long**	**that**	**great**	**blessing**	**.**
授予	我	再次	埃雷	长的	那	伟大的	祝福	.

请尽快再次赐予我这份莫大的恩惠。

[ænd; ənd] [ðen] , [gɪv] [ɔːl] [ðiːz] ['blesɪŋz] [tuː; tə] [ðəʊz] [aɪ] [lʌv] , [ænd; ənd] [huː] [lʌv] [ˌem ˈiː] !

And	**then**	**,**	**give**	**all**	**these**	**blessings**	**to**	**those**	**I**	**love**	**,**	**and**	**who**	**love**	**me**	**!**
和	然后	,	给	全部	这些	祝福	到	那些	我	爱	,	和	WHO	爱	我	!

然后，将所有这些祝福送给我爱的人和爱我的人!

[fə'gɪv] [ˌjuː 'es]['aʊə(r)]['trespæsiːz; 'trespəsiːz] , [æz; əz][wiː; wi] [fə'gɪv] [ðem; ðəm] [ðæt] ['trespəs]

FORGIVE	**US**	**OUR**	**TRESPASSES**	**,**	**AS**	**WE**	**FORGIVE**	**THEM**	**THAT**	**TRESPASS**
原谅	我们	我们的	擅闯私人领地	,	作为	我们	原谅	他们	那	侵入

[ə'genst] [ˌjuː 'es]

AGAINST	**US**
反对	我们

饶恕我们的罪，如同我们饶恕得罪我们的人一样。

[wen] [aɪ] [prə'naʊns] [ðə; ði] [wɜːd] [ɒv; əv]['pɑːd(ə)n] , [wɒt] [ə; eɪ] [weɪt] [siːm] ['lɪftɪd] [frɒm; frəm][maɪ]

When	**I**	**pronounce**	**the**	**word**	**of**	**pardon**	**,**	**what**	**a**	**weight**	**seems**	**lifted**	**from**	**my**
什么时候	我	发音	这	单词	的	赦免	,	什么	一个	重量	似乎	抬起	从	我的

[hɑːt] .

heart	**.**
心	.

当我说出赦免的话语时，我心中的重担仿佛一下子卸了下来。

[aɪ] [wɪl] [nɒt] ['əʊnli] ['bænɪʃ] ['evri] ['fiːlɪŋ] [ɒv; əv] ['heɪtrɪd] , [aɪ] [wɪl] [ɪ'feɪs] ['evri] ['peɪnf(ə)l] [rɪ'membrəns] .

I	**will**	**not**	**only**	**banish**	**every**	**feeling**	**of**	**hatred**	**,**	**I**	**will**	**efface**	**every**	**painful**	**remembrance**	**.**
我	将要	不是	仅有的	放逐	每一个	感觉	的	仇恨	,	我	将要	抹去	每一个	痛苦	纪念	.

我不仅要消除一切仇恨的情绪，还要抹去一切痛苦的回忆。

[əʊ] [gɒd] , [ɪf] [ðaʊ] [fə'gɪv] [ˌem ˈiː] , [æz; əz][aɪ] [fə'gɪv] ['ʌðə(r)z] , [wɒt] ['mɜːsi] [fɔː(r); fə(r)][ˌem ˈiː] !

O	**God**	**,**	**if**	**Thou**	**forgivest**	**me**	**,**	**as**	**I**	**forgive**	**others**	**,**	**what**	**mercy**	**for**	**me**	**!**
哦	上帝	,	如果	你	原谅	我	,	作为	我	原谅	其他的	,	什么	怜悯	为了	我	!

上帝啊，如果你能像我宽恕别人一样宽恕我，那你对我该是多么仁慈啊!

[ðaʊ] [siːst] [ai][beə(r)][nəʊ] ['mælɪs] , [ðæt] [ai] [fə'get] [ɔːl] ['ɪndʒəriz] . . . .

Thou	seest	I	bear	no	malice	,	that	I	forget	all	injuries	.	.	.	.
你	西斯特	我	熊	不	恶意	,	那	我	忘记	全部	受伤	.	.	.	.

你看，我并无恶意，我早已忘记所有的伤害.....

[ai][hæv; həv] [biːn] [ə'fendɪd] [baɪ] [wɜːdz] ; [ai] [fə'get] [ðem; ðəm] ; [baɪ]['ækʃ(ə)nz] , [ai] [fə'get] [ðem; ðəm] ; [baɪ] [ə'mɪʃnz] ,

I	have	been	offended	by	words	;	I	forget	them	;	by	actions	,	I	forget	them	;	by	omissions	,
我	有	到过	被冒犯了	经过	字	;	我	忘记	他们	;	经过	行动	,	我	忘记	他们	;	经过	遗漏	,

我曾因言语而受冒犯，我会忘记；因行为而受冒犯，我会忘记；因疏忽而受冒犯，

[θɔːts] , [dɪ'zaɪr] ; [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ɔːl] [fə'gɒtn] .

thoughts	,	desires	;	they	are	all	forgotten	.
想法	,	欲望	;	他们	是	全部	被遗忘的	.

思想、欲望，统统都被遗忘了。

[ɑː] ! [ɪn][ɔːl] [ðiːz] [weɪz] [ai][hæv; həv] [ə'fendɪd] [ðiː] , [ænd; ənd] [ðaʊ] [wɪlt] [fə'get] ,

Ah	!	in	all	these	ways	I	have	offended	Thee	,	and	Thou	wilt	forget	,
啊	!	在	全部	这些	方式	我	有	被冒犯了	汝	,	和	你	枯萎	忘记	,

啊！我以种种方式冒犯了你，但你会忘记的。

['iːv(ə)n][æz; əz][ai][hæv; həv] [fə'gɒtn] .

even	as	I	have	forgotten	.
甚至	作为	我	有	被遗忘的	.

即使我已经忘记了。

[ai] [wɪl] [biː; bi] ['veri] ['mɜːsɪf(ə)l] , [səʊ] [ðæt] [ðaʊ] [meɪst] [hæv; həv] ['mɜːsi] [ə'pɒn] [ˌem 'iː] .

I	will	be	very	merciful	,	so	that	Thou	mayst	have	mercy	upon	me	.
我	将要	是	非常	仁慈	,	所以	那	你	五月	有	怜悯	之上	我	.

我将以极大的怜悯待人，好让你怜悯我。

[liːd] [ˌjuː 'es] [nɒt] ['ɪntuː] [temp'teɪʃ(ə)n] , [bʌt; bət] [dɪ'lɪvə(r)] [ˌjuː 'es][frɒm; frəm]['iːv(ə)l]

LEAD	US	NOT	INTO	TEMPTATION	,	BUT	DELIVER	US	FROM	EVIL
带领	我们	不是	进入	诱惑	,	但	递送	我们	从	邪恶的

不要让我们陷入诱惑，但救我们脱离凶恶。

[naʊ] , [æz; əz][ai] [liːv] [ðaɪn] ['ɔːltə(r)] , [ai][gəʊ][tuː; tə] [ɪn'kaʊntə(r)] [temp'teɪʃ(ə)n] .

Now	,	as	I	leave	Thine	altar	,	I	go	to	encounter	temptation	.
现在	,	作为	我	离开	瘦	坛	,	我	去	到	遇到	诱惑	.

现在，当我离开你的祭坛，我将遭遇诱惑。

[əʊ] ['seɪvjə(r)] !

O	Saviour	!
哦	救主	!

救世主啊!

[help] [ˌem 'iː] , [kiːp] [ˌem 'iː] , [ænd; ənd] [wɔːn] [ˌem 'iː][ɒv; əv][maɪ]['deɪndʒə(r)] !

help	me	,	keep	me	,	and	warn	me	of	my	danger	!
帮助	我	,	保持	我	,	和	警告	我	的	我的	危险	!

救救我，保护我，并警告我我身处险境!

[let] [ˌem 'iː] [ʃʌn] [ɔːl] [ə'keɪʒnz] [ɒv; əv]['iːv(ə)l] ,

Let	me	shun	all	occasions	of	evil	,
让	我	回避	全部	场合	的	邪恶的	,

让我远离一切邪恶的机会。

[ænd; ənd] [ɪf] [baɪ] ['wiːknəs] [ɔː(r)] [ə'ljuəmənt] [ai][ˌeɪ 'em][led]['ɪntuː] [pɑːðz] [ɒv; əv][sɪn] , [ɪf] [ai] [fɔːl] , [əʊ] !

and	if	by	weakness	or	allurements	I	am	led	into	paths	of	sin	,	if	I	fall	,	oh	!
和	如果	经过	弱点	或者	诱惑	我	是	引领	进入	路径	的	罪	,	如果	我	落下	,	哦	!

如果我因软弱或诱惑而走上罪恶之路，如果我跌倒，哦!

['reskjuː] [ˌem 'iː] ['spiːdəli] , [ðæt] [ai] [meɪ] [fɔːl] [ə'pɒn] [maɪ] [niːz] , [kən'fesɪŋ] [maɪ] [sɪn] , [ænd; ənd]

rescue	me	speedily	,	that	I	may	fall	upon	my	knees	,	confessing	my	sin	,	and
救援	我	迅速地	,	那	我	可能	落下	之上	我的	膝盖	,	坦白	我的	罪	,	和

[ɪm'plɔːrɪŋ] ['pɑːd(ə)n] .

imploring	pardon	.
恳求	赦免	.

快来救我，让我跪下忏悔我的罪过，恳求宽恕。

[sɪn] !

Sin	!
罪	!

罪!

[ðɪs] [ɪz] [ðə; ði] ['iːv(ə)l] [frɒm; frəm] [wɪtʃ] [ai] [bɪ'siːtʃ] [ðiː] [tuː; tə] [dɪ'lɪvə(r)] [ˌem 'iː] ; ['ʌðə(r)] ['trʌb(ə)lz] [ðæt]

this	is	the	evil	from	which	I	beseech	Thee	to	deliver	me	;	other	troubles	that
这	是	这	邪恶的	从	哪个	我	恳求	汝	到	递送	我	;	其他	麻烦	那

[meɪ] ['hæpən] ,

may	happen	,
可能	发生	,

这就是我恳求你救我脱离的灾祸；以及其他可能发生的苦难，

[ai] [ək'sept] ; [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [sent] [tuː; tə] [traɪ] [ˌem 'iː] [ænd; ənd] [tuː; tə] ['pjʊərɪfaɪ] , [ænd; ənd] [kʌm] [frɒm; frəm]

I	accept	;	they	are	sent	to	try	me	and	to	purify	,	and	come	from
我	接受	;	他们	是	发送	到	尝试	我	和	到	净化	,	和	来	从

[ðiː] ;

Thee	;
汝	;

我接受；他们是被派来考验我、净化我的，他们来自你；

[bʌt; bət] [sɪn] , [ai] [hæv; həv] [nəʊ] ['pleʒə(r)] [ɪn] [ˌaɪ 'tiː] !

but	sin	,	I	have	no	pleasure	in	it	!
但	罪	,	我	有	不	乐趣	在	它	!

但罪恶，我一点也不喜爱!

[əʊ] !

Oh	!
哦	!

哦!

[wen] [ɪn] [ðə; ði] ['aʊə(r)] [ɒv; əv] [temp'teɪʃ(ə)n] [ai] [fɔːl] [ə'weɪ] , [lɔːd] ,

when	in	the	hour	of	temptation	I	fall	away	,	Lord	,
什么时候	在	这	小时	的	诱惑	我	落下	离开	,	主	,

主啊，当我在试探中跌倒时，

['hɑːkən] [tuː; tə] [ðə; ði] [kraɪ] [ðæt] [ai] [naʊ] [reɪz] [tuː; tə] [ðiː] [ɪn] [ɔːl] [sɪn'serəti] ; [ai] [wɪl] [ˌaɪ 'tiː] [nɒt] !

hearken	to	the	cry	that	I	now	raise	to	Thee	in	all	sincerity	;	I	will	it	not	!
倾听	到	这	哭	那	我	现在	增加	到	汝	在	全部	诚意	;	我	将要	它	不是	!

请听听我此刻发自内心的呼求：我绝不接受!

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [nɒt] ['wɪlfl] !

it	is	not	wilful	!
它	是	不是	故意	!

这不是故意的!

[ai] [gəʊ] [frɒm; frəm] [ðaɪ] ['prez(ə)ns] , [bʌt; bət] , ['dʒiːzəs] , [ðaʊ] [ɑːt] [wɪð] [ˌem 'iː] !

I	go	from	Thy	Presence	,	but	,	Jesus	,	Thou	art	with	me	!
我	去	从	你的	在场	,	但	,	耶稣	,	你	艺术	和	我	!

我离开你的面前，但是，耶稣，你与我同在!

[ɪn] [wɜːk] , [ɪn] [preə(r)] , [ɪn] ['sʌfərɪŋ] , [let] [ɔːl] [biː; bi] [dʌn] [ɪn] [ðiː] !

In	work	,	in	prayer	,	in	suffering	,	let	all	be	done	in	Thee	!
在	工作	,	在	祷告	,	在	痛苦	,	让	全部	是	完毕	在	汝	!

工作中、祈祷中、苦难中，一切都要以你为中心!

[ˌɛksˈɛksˈθriː] .

XXXIII	**.**
xxxiii	.

三十三、

" ['mʌðə(r)] , " [ɑːskt] [ə; eɪ][tʃaɪld] , " [sɪns] ['nʌθɪŋ] [ɪz]['evə(r)] [lɒst] , [weə(r)] [duː; də][ɔːl]['aʊə(r)] [θɔːts] [gəʊ] ? "

"	**Mother**	**,**	**"**	**asked**	**a**	**child**	**,**	**"**	**since**	**nothing**	**is**	**ever**	**lost**	**,**	**where**	**do**	**all**	**our**	**thoughts**	**go**	**?**	**"**
"	母亲	,	"	问	一个	孩子	,	"	自从	没有什么	是	曾经	丢失的	,	在哪里	做	全部	我们的	想法	去	?	"

“妈妈，”一个孩子问，“既然什么东西都不会丢失，那我们所有的思绪都到哪里去了呢？”

" [tuː; tə][gɒd] , " ['ɑːnsə(r)d] [ðə; ði]['mʌðə(r)] ['greɪvli] , " [huː] [ri'membə] [ðem; ðəm][fər'evə(r)] . "

"	**To**	**God**	**,**	**"**	**answered**	**the**	**mother**	**gravely**	**,**	**"**	**who**	**remembers**	**them**	**forever**	**.**	**"**
"	到	上帝	,	"	回答	这	母亲	严重地	,	"	WHO	记得	他们	永远	.	"

“献给上帝，”母亲严肃地回答道，“他会永远记住他们。”

" [fər'evə(r)] ! " [sed] [ðə; ði][tʃaɪld] .

"	**Forever**	**!**	**"**	**said**	**the**	**child**	**.**
"	永远	!	"	说	这	孩子	.

“永远！”孩子说。

[hiː; hi] [bent] [hɪz; ɪz] [hed] , [ænd; ənd] , ['drɔːɪŋ] ['kləuzə(r)][tuː; tə][hɪz; ɪz] ['mʌðə(r)] , [m'ɜːməd] , " [ai][ˌeɪ 'em] ['fraɪt(ə)nd] !

He	**bent**	**his**	**head**	**,**	**and**	**,**	**drawing**	**closer**	**to**	**his**	**mother**	**,**	**murmured**	**,**	**"**	**I**	**am**	**frightened**	**!**
他	弯曲	他的	头	,	和	,	绘画	更近	到	他的	母亲	,	低声说道	,	"	我	是	害怕	!

他低下头，靠近母亲，喃喃地说：“我害怕！”

" [wɪtʃ] [ɒv; əv][ˌjuː 'es][hæv; həv][nɒt] [felt] [ðə; ði] [seɪm] ?

"	**Which**	**of**	**us**	**have**	**not**	**felt**	**the**	**same**	**?**
"	哪个	的	我们	有	不是	毛毡	这	相同的	?

“我们当中谁没有过同样的感受呢？”

[ˌɛksˈɛksˈfɔːr] .

XXXIV	**.**
34	.

第三十四章

[wʌn] [mɔː(r)] ['sɒləm] [θɔːt] : [haʊ] [əʊld][ɑː(r); ə(r)][juː; jʊ] ?

One	**more**	**solemn**	**thought**	**:**	**How**	**old**	**are**	**you**	**?**
一	更多的	庄严	想法	:	如何	老的	是	你	?

还有一个严肃的问题：你多大了？

[ˌnaɪn'tiːn] .

Nineteen	**.**
十九	.

十九。

[hæv; həv][juː; jʊ] ['rekən] [ðə; ði]['nʌmbə(r)][ɒv; əv] ['mɪnɪts] [ðæt] [hæv; həv] [ɪ'læpst] [sɪns] [jɔː(r); jə(r)] [bɜːθ] ?

Have	**you**	**reckoned**	**the**	**number**	**of**	**minutes**	**that**	**have**	**elapsed**	**since**	**your**	**birth**	**?**
有	你	估计	这	数字	的	分钟	那	有	过去	自从	你的	出生	?

你算过从出生到现在已经过去了多少分钟吗？

[ðə; ði]['nʌmbə(r)][ɪz] ['stɑːtlɪŋ] : [naɪn] [m'ɪliənz] , [θriː] ['hʌndrəd] [ænd; ənd] ['θɜːti] - [θriː] ['θaʊz(ə)nd] ,

The	number	is	startling	:	nine	millions	,	three	hundred	and	thirty	-	three	thousand	,
这	数字	是	令人震惊	:	九	百万	,	三	百	和	三十	-	三	千	,

[tuː] ['hʌndrəd] . . . .

two	hundred	.	.	.	.
二	百	.	.	.	.

这个数字令人震惊：九百三十三万三千二百.....

[iːtʃ] [ɒv; əv] [ðəʊz] ['mɪnɪts] [hæz; həz] [fləʊn] [tuː; tə] [gɒd] ; [gɒd] [hæz; həz] [ɪg'zæmɪnd] [ðem; ðəm] [ænd; ənd]

Each	of	those	minutes	has	flown	to	God	;	God	has	examined	them	and
每个	的	那些	分钟	有	飞行	到	上帝	;	上帝	有	检查	他们	和

[wei] [ðem; ðəm] ,

weighed	them	,
称重	他们	,

每一分钟都已飞逝，上帝都已审视并权衡了它们。

[ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm][juː; jʊ][mʌst; məst] [gɪv] [ə'kaʊnt] .

and	for	them	you	must	give	account	.
和	为了	他们	你	必须	给	帐户	.

你们必须为这些事负责。

[iːtʃ] ['mɪnɪt] [beəz] [ɪts] [əʊn] [ɪm'pres] ([æz; əz][ə; eɪ] [kɔɪn] [beəz] [ðə; ði] [ɪm'pres] [ɒv; əv][ðə; ði]

Each	minute	bears	its	own	impress	(	as	a	coin	bears	the	impress	of	the
每个	分钟	熊	它是	自己的	令人印象深刻	(	作为	一个	硬币	熊	这	令人印象深刻	的	这

['sɒvrɪn]) ,

Sovereign	)	,
主权	)	,

每一分钟都有其独特的印记（就像硬币上有君主的印记一样），

[ænd; ənd]['əʊnli] [ðəʊz] [mɑːkt] [wɪð] [ðə; ði] ['ɪmɪdʒ] [ɒv; əv] [gɒd] [wɪl] [ə'veɪl] [juː; jʊ][fɔː(r); fə(r)] [ɪ'tɜːnəti] .

and	only	those	marked	with	the	image	of	God	will	avail	you	for	eternity	.
和	仅有的	那些	标记	和	这	图像	的	上帝	将要	可用	你	为了	永恒	.

只有那些带有上帝形象的人才能在永恒中帮助你。

[ɪz] [nɒt] [ðɪs] [θɔːt] [wʌn][tuː; tə] [meɪk] [juː; jʊ]['tremb(ə)l] ?

Is	not	this	thought	one	to	make	you	tremble	?
是	不是	这	想法	一	到	制作	你	颤抖	?

难道这个想法不会让你感到恐惧吗?

" [ai]['nevə(r)][kʊd; kəd] [ˌʌndə'stænd] , " [raɪts] [gɛ'rɪn] ,

"	I	never	could	understand	,	"	writes	Guérin	,
"	我	绝不	可以	理解	,	"	写	盖兰	,

“我始终无法理解，”盖兰写道。

" [ðə; ði] ['fiːlɪŋ] [ɒv; əv][sɪ'kjʊərəti][sʌm; səm][hæv; həv] [ðæt] [ðeə(r)] [wɜːks] [mʌst; məst][faɪnd]['feɪvə(r)] [wɪð] [gɒd]

"	the	feeling	of	security	some	have	that	their	works	must	find	favor	with	God
"	这	感觉	的	安全	一些	有	那	他们的	作品	必须	寻找	偏爱	和	上帝

— [æz; əz] [ɪf] ['aʊə(r)] ['djuːtiz] [wɜː(r); wə(r)] [kən'faɪnd] [tuː; tə][ðə; ði] ['nærəʊ] ['lɪmɪts] [ɒv; əv] [ðɪs] ['lɪt(ə)l] [wɜːld] .

—	as	if	our	duties	were	confined	to	the	narrow	limits	of	this	little	world	.
—	作为	如果	我们的	职责	是	受限	到	这	狭窄的	限制	的	这	小的	世界	.

“有些人有一种安全感，认为他们的工作一定会得到上帝的青睐——仿佛我们的职责仅限于这个小世界的狭隘范围。

[tuː; tə][biː; bi][ə; eɪ] [gʊd] [sʌn] , ['steɪtsmən] , [ɔː(r)] ['brʌðə(r)] , [ɪz] [nɒt] [ɔːl] [ðæt] [ɪz] [rɪ'kwaɪəd] [ɒv; əv][juː 'es] ;

To	be	a	good	son	,	statesman	,	or	brother	,	is	not	all	that	is	required	of	us	;
到	是	一个	好的	儿子	,	政治家	,	或者	兄弟	,	是	不是	全部	那	是	必需的	的	我们	;

做一个好儿子、好政治家或好兄弟，并不是我们对一个人的全部要求；

[gɒd] [dɪ'mɑːndz] [fɑː(r)][mɔː(r)][ðæn; ðən] [ðɪs] [frɒm; frəm] [ðəʊz] [fɔː(r); fə(r)] [huːm] [hiː; hi][hæz; həz] ['destɪnd]

God	demands	far	more	than	this	from	those	for	whom	He	has	destined
上帝	需求	远的	更多的	比	这	从	那些	为了	谁	他	有	注定

[ə; eɪ] [kraʊn] [ɒv; əv] ['glɔːri] [ˌhɪər'ɑːftə(r)] .

a	crown	of	glory	hereafter	.
一个	王冠	的	荣耀	此后	.

上帝对那些祂预定在来世赐予荣耀冠冕的人，要求远不止这些。

" [ˌɛks'ɛks'faɪv] .

"	XXXV	.
"	xxxv	.

“XXXV.

[wʌn] [greɪt] [ˌkærəktə'rɪstɪk] [ɒv; əv] ['həʊlɪnəs] [ɪz]['nevə(r)][tuː; tə][biː; bi] [ɪg'zæktɪŋ] , ['nevə(r)][tuː; tə] [kəm'pleɪn] .

One	great	characteristic	of	holiness	is	never	to	be	exacting	,	never	to	complain	.
一	伟大的	特征	的	圣洁	是	绝不	到	是	严格	,	绝不	到	抱怨	.

圣洁的一大特点就是从不苛求，从不抱怨。

[iːtʃ] [kəm'pleɪnt] [drægz][juː 'es] [daʊn] [ə; eɪ] [dɪ'griː] [ɪn]['aʊə(r)] ['ʌpwəd] [kɔːs] .

Each	complaint	drags	us	down	a	degree	in	our	upward	course	.
每个	抱怨	拖拽	我们	向下	一个	程度	在	我们的	向上	课程	.

每一句抱怨都会让我们在上升的道路上退一步。

[baɪ] [kəm'pleɪnɪŋ] , [aɪ][duː; də] [nɒt] [miːn] [ðə; ðɪ]['sɪmp(ə)l] [ɪm'pɑːtɪŋ] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['trʌb(ə)lz] [tuː; tə] ['ʌðə(r)z]

By	complaining	,	I	do	not	mean	the	simple	imparting	of	our	troubles	to	others
经过	抱怨	,	我	做	不是	意思是	这	简单的	传授	的	我们的	麻烦	到	其他的

.

:
.

我说的抱怨，并不是指简单地把我们的烦恼转嫁给别人。

[kəm'pleɪnt] ['seɪvəz] ['ɔːlweɪz] [ɒv; əv][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][bæd]['tempə(r)] , [ænd; ənd][ə; eɪ] ['slaɪtli] [vɪn'dɪktɪv] ['spɪrɪt] .

Complaint	savors	always	of	a	little	bad	temper	,	and	a	slightly	vindictive	spirit	.
抱怨	品味	总是	的	一个	小的	坏的	脾气	,	和	一个	轻微地	报复心强的	精神	.

抱怨总是带有一丝坏脾气和些许报复心。

[ðə; ðɪ] [seɪnts] [wɜː(r); wə(r)]['nevə(r)] [ɪg'zæktɪŋ] .

The	saints	were	never	exacting	.
这	圣徒	是	绝不	严格	.

圣徒们从不苛求苛刻。

[kən'tentɪd] [wɪð] [ðeə(r)] [lɒt] , [ðeɪ] ['nevə(r)] [dɪ'zaɪəd] ['eniθɪŋ] [ðæt] [wɒz; wəz] [wɪð'held] [frɒm; frəm]

Contented	with	their	lot	,	they	never	desired	anything	that	was	withheld	from
满足	和	他们的	很多	,	他们	绝不	想要的	任何事物	那	曾是	隐瞒	从

[ðem; ðəm] .

them	.
他们	.

他们安于现状，从不奢求任何被剥夺的东西。

" [aɪ][hæv; həv] [ɑːskt] , " [sed] [ə; eɪ]['həʊli] [səʊl] , " [fɔː(r); fə(r)] ['sʌmθɪŋ] [aɪ] [θɔːt] ['niːdfl] ;

"	I	have	asked	,	"	said	a	holy	soul	,	"	for	something	I	thought	needful	;
"	我	有	问	,	"	说	一个	圣	灵魂	,	"	为了	某物	我	想法	需要	;

“我祈求了一件我认为需要的东西，”一位圣洁的灵魂说道；

[ðeɪ] [hæv; həv] [fə'gɒtn] [tuː; tə]['ɑːnsə(r)][ˌem 'iː] , [ɔː(r)] [pə'hæps] [wʊd] [nɒt] [bɪ'stəʊ] [ˌaɪ 'tiː] .

they	have	forgotten	to	answer	me	,	or	perhaps	would	not	bestow	it	.
他们	有	被遗忘的	到	回答	我	,	或者	也许	会	不是	赐给	它	.

他们要么忘了回答我，要么就是不愿意回答。

[waɪ] [niːd] [aɪ][biː; bi] [dɪs'kwaɪət] ?

Why	need	I	be	disquieted	?
为什么	需要	我	是	不安	?

我为何要忧虑?

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː][wɜː(r); wə(r)] ['riːəli] ['nesəsəri] , [gɒd] [wʊd] ['kwɪkli] [prə'vaɪd] [miːnz] [tuː; tə] [əb'teɪn] [ˌaɪ 'tiː] .

If	it	were	really	necessary	,	God	would	quickly	provide	means	to	obtain	it	.
如果	它	是	真的	必要的	,	上帝	会	迅速地	提供	方法	到	获得	它	.

如果真的有必要，上帝会很快提供获得它的途径。

" [haʊ] [fjuː] [kʊd; kəd]['entə(r)]['ɪntuː] [ðɪs] ['fiːlɪŋ] ;

"	How	few	could	enter	into	this	feeling	;
"	如何	很少	可以	进入	进入	这	感觉	;

能体会这种感觉的人少之又少；

[ænd; ənd] [jet] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][bʌt; bət][ðə; ði]['ekəʊ][ɒv; əv] [kraɪsts] [əʊn] [wɜːdz] ,

and	yet	it	is	but	the	echo	of	Christ's	own	words	,
和	然而	它	是	但	这	回声	的	基督的	自己的	字	,

然而，这不过是基督话语的回响罢了。

" [jɔː(r); jə(r)]['fɑːðə(r)][ɪn] ['hev(ə)n] ['noʊɪθ] [ðæt] [jiː; ji][hæv; həv] [niːd] [ɒv; əv][ɔːl] [ðiːz] [θɪŋz] .

"	Your	Father	in	Heaven	knoweth	that	ye	have	need	of	all	these	things	.
"	你的	父亲	在	天堂	知道	那	是的	有	需要	的	全部	这些	事物	.

你们在天上的父知道你们需要这一切东西。

" [ˌɛks'ɛks'sɪks] .

"	XXXVI	.
"	xxxvi	.

“XXXVI.

[dʒɔɪ][ɪn][laɪf][ɪz][laɪk] [ɔɪl][ɪn][ə; eɪ][læmp] .

Joy	in	life	is	like	oil	in	a	lamp	.
喜悦	在	生活	是	喜欢	油	在	一个	灯	.

生活中的快乐就像灯里的油。

[wen] [ðə; ði][ɔɪl] [gets] [ləʊ] [ðə; ði] [wɪk] [ɪz] [kən'sjuːmd] , [ɪ'mɪtɪŋ] [ə; eɪ] [blæk] ['veɪpə(r)] ,

When	the	oil	gets	low	the	wick	is	consumed	,	emitting	a	black	vapor	,
什么时候	这	油	获得	低的	这	灯芯	是	消耗	,	发射	一个	黑色的	汽	,

当油量不足时，灯芯会被消耗掉，并散发出黑色蒸汽。

[ænd; ənd] ['sendɪŋ] [fɔːθ] ['əʊnli][ə; eɪ]['lʊərɪd] [gləʊ] , [wɪtʃ] [dʌz] [nɒt] [gɪv] [laɪt] .

and	sending	forth	only	a	lurid	glow	,	which	does	not	give	light	.
和	发送	前进	仅有的	一个	骇人的	辉光	,	哪个	做	不是	给	光	.

只发出昏暗的光芒，却不能提供照明。

[ə; eɪ] [laɪf] [wɪ'ðaʊt] [dʒɔɪ] ['pɑːsɪz] [ə'weɪ] [ʌn'prɒfɪtəbli] , ['ʃedɪŋ] [ə'raʊnd] [ˌaɪ 'tiː]['əʊnli] [gluːm] [ænd; ənd]

A	life	without	joy	passes	away	unprofitably	,	shedding	around	it	only	gloom	and
一个	生活	没有	喜悦	通过	离开	无利可图	,	脱落	大约	它	仅有的	愁云	和

['sɒrəʊ] .

sorrow	.
悲哀	.

没有快乐的人生是虚度的，只会留下阴霾和悲伤。

[ɪf] ['evri] ['mɔːnɪŋ] [ɪn][ə; eɪ]['sɪmp(ə)l] [preə(r)] ,

If	every	morning	in	a	simple	prayer	,
如果	每一个	早晨	在	一个	简单的	祷告	,

如果每天早晨都以简单的祈祷方式，

— [ɪn] [ðəʊz] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] - [ˌmedɪ'teɪʃ(ə)n] ([wɪtʃ] ['əʊnli] [siːm] [hɑːd] [wen] [wiː; wi][duː; də][nɒt]

—	in	those	fifteen	minutes	'	meditation	(	which	only	seem	hard	when	we	do	not
—	在	那些	十五	分钟	-	冥想	(	哪个	仅有的	似乎	难的	什么时候	我们	做	不是

['præktɪs] [ˌaɪ 'tiː]) ,

practise	it	)	,
实践	它	)	,

——在那十五分钟的冥想中（只有当我们不练习时才会觉得很难），

— [wiː; wi] ['əʊpənd] ['aʊə(r)] [hɑːts] [tuː; tə] [gɒd] , [æz; əz] [wiː; wi] ['əʊpən] ['aʊə(r)] ['wɪndəʊz] [tuː; tə] [ðə; ði] [sʌn]

—	we	opened	our	hearts	to	God	,	as	we	open	our	windows	to	the	sun
—	我们	打开	我们的	心	到	上帝	,	作为	我们	打开	我们的	视窗	到	这	太阳

[ænd; ənd] [eə(r)] ,

and	air	,
和	空气	,

我们向上帝敞开心扉，就像我们打开窗户迎接阳光和空气一样。

[gɒd] [wʊd] [fɪl] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [ðæt] [kɑːm] , [swiːt] [dʒɔɪ] [wɪtʃ] ['eliveit] [ðə; ði] [səʊl] ,

God	would	fill	it	with	that	calm	,	sweet	joy	which	elevates	the	soul	,
上帝	会	充满	它	和	那	冷静的	,	甜的	喜悦	哪个	提升	这	灵魂	,

上帝会用那种平静、甜蜜的喜悦充满它，使灵魂得到提升。

[prɪ'vents] [ˌaɪ 'tiː] ['fiːlɪŋ] [ðə; ði] [weɪt] [ɒv; əv] ['trʌb(ə)lz] , [ænd; ənd] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː] [ˌəʊvə'fləʊ] [wɪð]

prevents	it	feeling	the	weight	of	troubles	,	and	makes	it	overflow	with
阻止	它	感觉	这	重量	的	麻烦	,	和	制作	它	溢出	和

[bə'nevələns] .

benevolence	.
仁	.

使它不感到烦恼的重担，并使其充满仁爱。

[bʌt; bət] [dʒɔɪ] [dʌz] [nɒt] [miːn] ['levəti] , ['wɪti] ['seɪɪŋz] , [ɔː(r)] [ˌrepɑː'tiː] . . .

But	joy	does	not	mean	levity	,	witty	sayings	,	or	repartee	.	.	.
但	喜悦	做	不是	意思是	轻浮	,	机智	谚语	,	或者	妙语连珠	.	.	.

但快乐并不意味着轻浮、俏皮话或妙语连珠……

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [hə'bɪtʃuəl] [sə'renəti] .

it	is	habitual	serenity	.
它	是	习惯性的	宁静	.

这是习以为常的平静。

[θruː] [ə; eɪ] [klɪə(r)] ['ætməsfɪə(r)] [wiː; wi] [kæn; kən] ['ɔːlweɪz] [siː] [ðə; ði] [skaɪ] ;

Through	a	clear	atmosphere	we	can	always	see	the	sky	;
通过	一个	清除	气氛	我们	能	总是	看	这	天空	;

在晴朗的大气中，我们总能看到天空；

[ˌaɪ 'tiː] [siːm] [səʊ] [laɪt] [ænd; ənd] [fʊl] [ɒv; əv] [ˌiːlæ'stɪsəti] .

it	seems	so	light	and	full	of	elasticity	.
它	似乎	所以	光	和	满的	的	弹性	.

它看起来如此轻盈，充满弹性。

[ə; eɪ] [sə'riːn] [skaɪ] [ɪz] ['ɔːlweɪz] [pjʊə(r)] . . . [klaʊdz] [meɪ] [pɑːs] [ə'krɒs] [ˌaɪ 'tiː] ,

A	serene	sky	is	always	pure	.	.	.	clouds	may	pass	across	it	,
一个	安详	天空	是	总是	纯的	.	.	.	云	可能	经过	穿过	它	,

宁静的天空总是纯净的……即使云朵飘过，也依然如此。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [duː; də] [nɒt] [steɪn] [ˌaɪ 'tiː] .

but	they	do	not	stain	it	.
但	他们	做	不是	弄脏	它	.

但它们不会留下污渍。

[səʊ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [wɪð] [ðə; ði] [hɑːt] [ðæt] ['ɜːli] [ɪn] [ðə; ði] ['mɔːnɪŋ] ['əupənz] [tuː; tə] [rɪ'siːv] [gɑːdz] [piːs] .

So	it	is	with	the	heart	that	early	in	the	morning	opens	to	receive	God's	Peace	.
所以	它	是	和	这	心	那	早期的	在	这	早晨	打开	到	收到	神的	和平	.

清晨，敞开心扉接受上帝的平安也是如此。

[ˌɛks'ɛks'sɛvən] .

XXXVII	.
xxxvii	.

XXXVII.

" [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)]['nevə(r)] [aʊt] [ɒv; əv]['tempə(r)] ,
" You are never out of temper ,
" 你 是 绝不 出去 的 脾气 ,

你从来不会发脾气，

" [wɒz; wəz] [wʌns] [sed] [tuː; tə][ə; eɪ] ['wʊmən] [wel] [nəʊn] [tuː; tə][biː; bi] [mʌtʃ] [traɪd] [æt; ət] [həʊm] ;
" was once said to a woman well known to be much tried at home ;
" 曾是 一次 说 到 一个 女士 出色地 已知 到 是 很多 尝试 在 家 ;

“这句话曾用来形容一位在家饱受折磨的女士；

" [ɪz][ˌaɪ 'tiː] [ðæt] [juː; jʊ][duː; də] [nɒt] [fiːl] [ðə; ði] [ɪn'dʒʌstɪs] , [ðə; ði] [ə'nɔiəns] ?
" is it that you do not feel the injustice , the annoyances ?
" 是 它 那 你 做 不是 感觉 这 不公正 , 这 烦心事 ?

难道你感觉不到这种不公和烦恼吗?

" — " [ai] [fiːl] [ðem; ðəm][æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz][juː; jʊ][duː; də] , " [ʃiː; ʃi] [rɪ'plaɪd] ; " [bʌt; bət] [ðeɪ] [duː; də]
" — " I feel them as much as you do , " she replied ; " but they do
" — " 我 感觉 他们 作为 很多 作为 你 做 , " 她 回复 ; " 但 他们 做
[nɒt] [hɜːt] [ˌem 'iː] .
not hurt me .
不是 伤害 我 .

“——”她回答说，“我和你一样感同身受；但它们并不会伤害我。”

" — " [juː; jʊ][hæv; həv] , [ðen] , [sʌm; səm] ['speʃ(ə)l] [bɑːm] ? " — " [jes] ; [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [vek'seiʃən]
" — " You have , then , some special balm ? " — " Yes ; for the vexations
" — " 你 有 , 然后 , 一些 特别的 香脂 ? " — " 是的 ; 为了 这 烦恼
[kɔːzd] [baɪ] ['piːp(ə)l] , [ai][hæv; həv] [ə'fekʃn] ;
caused by people , I have affection ;
导致 经过 人们 , 我 有 感情 ;

“——那么，你有什么特别的慰藉吗？”——“是的；对于人带来的烦恼，我有一种特殊的慰藉；

[fɔː(r); fə(r)] [ðəʊz] [ɒv; əv] ['sɜːkəmstənsɪz] , [ai][hæv; həv] [preə(r)] ; [ænd; ənd]['əʊvə(r)] ['evri] [wuːnd] [ðæt]
for those of circumstances , I have prayer ; and over every wound that
为了 那些 的 情况 , 我 有 祷告 ; 和 超过 每一个 伤口 那
[bliːdz] , [ai]['mɜːmə(r)][ðə; ði] [wɜːdz] ,
bleeds , I murmur the words ,
出血 , 我 低语 这 字 ,

对于那些身处困境的人，我祈祷；对于每一处流血的伤口，我低声念诵：

- [ðaɪ] [wɪl] [biː; bi] [dʌn] . -
' Thy Will be done . '
- 你的 将要 是 完毕 . -

“愿你的旨意成就。”

" [ˌɛksˈɛksˈeɪt] .
" XXXVIII .
" 38 .

“XXXVIII.

[maɪ] ['deɪli] [krɒs]
My Daily Cross
我的 日常的 叉

我的每日十字架

[ɪf] [ai][hæv; həv][nəʊ] [krɒs] [tuː; tə][beə(r)][tuː; tə] - [deɪ] , [ai][ʃæl; ʃəl][nɒt] [əd'vɑːns] ['hevənwədz] .
If I have no cross to bear to - day , I shall not advance heavenwards .
如果 我 有 不 叉 到 熊 到 - 天 , 我 将 不是 进步 向天 .

如果今天我没有十字架要背负，我就无法升入天堂。

[ə; eɪ] [krɒs] ([ðæt] [ɪz] , ['eniθɪŋ] [ðæt] [dis'təːb] ['aʊə(r)] [piːs]) [ɪz][ðə; ði][spɜː(r)] [wɪtʃ] ['stimjuleit] ,
A cross (that is , anything that disturbs our peace) is the spur which stimulates ,
一个 叉 (那 是 , 任何事物 那 扰乱 我们的 和平) 是 这 刺 哪个 刺激 ,

十字架（即任何扰乱我们平静的事物）是刺激我们内心的鞭策。

[ænd; ənd] [wɪˈðaʊt] [wɪtʃ] [wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [məʊst] [ˈlaɪkli] [rɪˈmeɪn] [ˈsteɪʃənri] , [ˈblaɪndɪd] [wɪð] [ˈempti]
and **without** **which** **we** **should** **most** **likely** **remain** **stationary** **,** **blinded** **with** **empty**
和 没有 哪个 我们 应该 最多 可能 保持 静止的 , 失明 和 空的
[ˈvænətɪz] ,
vanities **,**
虚荣心 ,

如果没有它，我们很可能就会停滞不前，被空洞的虚荣心蒙蔽双眼。

[ænd; ənd] [ˈsɪŋkɪŋ] [diːpə(r)] [ˈɪntuː][sɪn] .
and **sinking** **deeper** **into** **sin** **.**
和 下沉 更深 进入 罪 .

并越陷越深地沉沦于罪恶之中。

[ə; eɪ] [krɒs] [helps] [ˌjuː ˈes] [ˈɒnwədz] , [ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv][ˈaʊə(r)] [ˈæpəθi] [ænd; ənd] [rɪˈzɪstəns] .
A **cross** **helps** **us** **onwards** **,** **in** **spite** **of** **our** **apathy** **and** **resistance** **.**
一个 叉 帮助 我们 开始 , 在 尽管如此 的 我们的 冷漠 和 反抗 .

十字架能帮助我们克服冷漠和抗拒，继续前行。

[tuː; tə][laɪ][ˈkwaɪətli][ɒn][ə; eɪ][bed][ɒv; əv] [daʊn] [meɪ] [siːm] [ə; eɪ] [ˈveri] [swiːt] [ɪgˈzɪstəns] ,
To **lie** **quietly** **on** **a** **bed** **of** **down** **may** **seem** **a** **very** **sweet** **existence** **,**
到 说谎 悄悄 在 一个 床 的 向下 可能 似乎 一个 非常 甜的 存在 ,

静静地躺在羽绒床上，似乎是一种非常美好的生活。

[bʌt; bət] [ˈplez(ə)nt] [iːz] [ænd; ənd] [rest] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [ðə; ði] [lɒt] [ɒv; əv][ə; eɪ] [ˈkrɪstʃən] ;
but **pleasant** **ease** **and** **rest** **are** **not** **the** **lot** **of** **a** **Christian** **;**
但 令人愉快的 舒适 和 休息 是 不是 这 很多 的 一个 基督教 ;

但安逸舒适并非基督徒的命运；

[ɪf] [hiː; hi] [wʊd] [maʊnt] [ˈhaɪə(r)] [ænd; ənd] [ˈhaɪə(r)] , [ˌaɪ ˈtiː][mʌst; məst][biː; bi][baɪ][ə; eɪ] [rʌf] [rəʊd] .
if **he** **would** **mount** **higher** **and** **higher** **,** **it** **must** **be** **by** **a** **rough** **road** **.**
如果 他 会 山 更高 和 更高 , 它 必须 是 经过 一个 粗糙的 路 .

如果他要越爬越高，那一定是走崎岖的道路。

[əˈlæs] , [fɔː(r); fə(r)] [ðəʊz] [huː] [hæv; həv][nəʊ] [ˈdeɪli] [krɒs] !
Alas **,** **for** **those** **who** **have** **no** **daily** **cross** **!**
唉 , 为了 那些 WHO 有 不 日常的 叉 !

唉，那些没有每日十字架的人啊！

[əˈlæs] , [fɔː(r); fə(r)] [ðəʊz] [huː] [rɪˈpaɪn] [ænd; ənd] [fret] [əˈgenst] [ˌaɪ ˈtiː] !
Alas **,** **for** **those** **who** **repine** **and** **fret** **against** **it** **!**
唉 , 为了 那些 WHO 抱怨 和 烦恼 反对 它 !

唉，那些为此怨恨烦恼的人啊！

[wɒt] [wɪl] [biː; bi][maɪ] [krɒs] [tuː; tə] - [deɪ] ?
What **Will** **Be** **My** **Cross** **To** **-** **day** **?**
什么 将要 是 我的 叉 到 - 天 ?

我今天将背负怎样的十字架?

[pəˈhæps] [ðæt] [ˈpɜːs(ə)n] , [wɪð] [huːm] [ˈprɒvɪdəns] [hæz; həz] [pleɪst] [ˌem ˈiː] , [ænd; ənd] [huːm] [aɪ] [dɪsˈlaɪk]
Perhaps **that** **person** **,** **with** **whom** **Providence** **has** **placed** **me** **,** **and** **whom** **I** **dislike**
也许 那 人 , 和 谁 普罗维登斯 有 放置 我 , 和 谁 我 不喜欢
,
,
,

或许就是那个我被命运安排与之相处，却又令我厌恶的人，

[huːz] [lʊk] [ɒv; əv][dɪsˈdeɪn] [hjuːˈmɪlieɪt] [ˌem ˈiː] , [huːz] [ˈsləʊnəs] [ˈwʌrɪs] [ˌem ˈiː] ,
whose **look** **of** **disdain** **humiliates** **me** **,** **whose** **slowness** **worries** **me** **,**
谁 看 的 蔑视 羞辱 我 , 谁 缓慢 担忧 我 ,

他那轻蔑的眼神令我感到羞辱，他的迟缓令我担忧。

[huː] [meɪks] [ˌem ˈiː] [ˈdʒeləs] [baɪ] [ˈbiːɪŋ] [mɔː(r)] [bɪˈlʌvɪd] , [mɔː(r)] [səkˈsesf(ə)l] , [ðæn; ðən][maɪˈself] , [huːz]

who	makes	me	jealous	by	being	more	beloved	,	more	successful	,	than	myself	,	whose
WHO	制作	我	嫉妒的	经过	存在	更多的	心爱	,	更多的	成功的	,	比	我	,	谁

[ˈtʃætə(r)] [ænd; ənd] [lait] - [ˈhɑːrtɪdnəs] ,

chatter	and	light	-	heartedness	,
喋喋不休	和	光	-	真心	,

他比我更受人喜爱，更成功，这让我感到嫉妒；他的健谈和轻松自在，

[ˈiːv(ə)n][hɜː(r); hə(r)] [ˈveri] [əˈtenʃən] [tuː; tə][maɪˈself] , [əˈnɔɪ] [ˌem ˈiː] .

even	her	very	attentions	to	myself	,	annoy	me	.
甚至	她	非常	注意	到	我	,	烦人	我	.

甚至她对我的关注都让我感到厌烦。

[ɔː(r)][ˌaɪ ˈtiː] [meɪ] [biː; bi] [ðæt] [ˈpɜːs(ə)n] [ðæt] [ai] [θɪŋk] [hæz; həz] [ˈkwɒrəld] [wɪð] [ˌem ˈiː] ,

Or	it	may	be	that	person	that	I	think	has	quarrelled	with	me	,
或者	它	可能	是	那	人	那	我	思考	有	争吵	和	我	,

或者，也可能是我认为跟我吵架的那个人。

[ænd; ənd][maɪ][ɪˌmædʒɪˈneɪʃ(ə)n] [meɪks] [ˌem ˈiː][ˈfænsi][maɪˈself] [wɒtʃt] , [ˈkrɪtɪsaɪz] , [tɜːnd] [ˈɪntuː][ˈrɪdɪkjuːl]

and	my	imagination	makes	me	fancy	myself	watched	,	criticised	,	turned	into	ridicule
和	我的	想像力	制作	我	想要	我	观看	,	受到批评	,	转向	进入	嘲笑

.

:
.

我的想象力让我幻想自己被注视、被批评、被嘲笑。

[ʃiː; ʃi][ɪz] [ˈɔːlweɪz] [wɪð] [ˌem ˈiː] ; [ɔːl][maɪ] [ˈefəts] [tuː; tə] [ˈseprət] [ɑː(r); ə(r)] [frʌˈstreɪtɪd] ;

She	is	always	with	me	;	all	my	efforts	to	separate	are	frustrated	;
她	是	总是	和	我	;	全部	我的	努力	到	分离	是	沮丧的	;

她总是和我在一起；我所有试图分开的努力都以失败告终；

[baɪ][sʌm; səm] [mɪˈstɪəriəs] [ˈpaʊə(r)][ʃiː; ʃi][ɪz] [ˈɔːlweɪz] [ˈprez(ə)nt] , [ˈɔːlweɪz] [nɪə(r)] .

by	some	mysterious	power	she	is	always	present	,	always	near	.
经过	一些	神秘	力量	她	是	总是	展示	,	总是	靠近	.

她凭借某种神秘的力量，总是在场，总是在身边。

[ðɪs] [ɪz][maɪ] [ˈhevist] [krɒs] ; [ðə; ði][rest][ɑː(r); ə(r)] [lait] [ɪn][kəmˈpærɪs(ə)n] .

This	is	my	heaviest	cross	;	the	rest	are	light	in	comparison	.
这	是	我的	最重	叉	;	这	休息	是	光	在	比较	.

这是我最重的十字架；其他的十字架相比之下都比较轻。

[ˈsɜːkəmstənsɪz] [tʃeɪndʒ] , [tempˈteiʃənz] [dɪˈmɪnɪʃ] , [ˈtrʌb(ə)lz] [ˈles(ə)n] ;

Circumstances	change	,	temptations	diminish	,	troubles	lessen	;
情况	改变	,	诱惑	减少	,	麻烦	减少	;

情况会改变，诱惑会减少，困难会减轻；

[bʌt; bət] [ðəʊz] [ˈpiːp(ə)l] [huː] [ˈtrʌb(ə)l] [ɔː(r)] [əˈfend] [ˌjuː ˈes][ɑː(r); ə(r)][æn; ən][ˈevə(r)] - [ˈprez(ə)nt] [sɔːs] [ɒv; əv]

but	those	people	who	trouble	or	offend	us	are	an	ever	-	present	source	of
但	那些	人们	WHO	麻烦	或者	得罪	我们	是	一个	曾经	-	展示	来源	的

[ˌɪrɪˈteɪʃ(ə)n] .

irritation	.
刺激	.

但那些给我们带来麻烦或冒犯我们的人，却始终是我们烦恼的根源。

[haʊ] [tuː; tə][beə(r)] [ðɪs] [ˈdeɪli] [krɒs]

How	to	Bear	This	Daily	Cross
如何	到	熊	这	日常的	叉

如何承受这每日的十字架

['nevə(r)]['mænɪfest] , [ɪn]['eni] [wei] , [ðə; ði][pn'wi:] , [ðə; ði][dɪs'laɪk] , [ðə; ði] [ɪn'vɒləntri] ['ʃʌdə(r)] , [ðæt]

Never	manifest	,	in	any	way	,	the	ennui	,	the	dislike	,	the	involuntary	shudder	,	that
绝不	显现	,	在	任何	方式	,	这	厌倦	,	这	不喜欢	,	这	非自愿	不寒而栗	,	那

[hɜ:(r); hə(r)] ['prez(ə)ns] [pɹədj'u:sɪz] ;

her	presence	produces	;
她	在场	产	;

千万不要以任何方式表现出对她出现的厌倦、厌恶和不由自主的颤抖；

[fɔ:s] [maɪ'self][tu:; tə]['rendə(r)][hɜ:(r); hə(r)][sʌm; səm]['lɪt(ə)l] ['sɜ:vɪs] — ['nevə(r)][maɪnd] [ɪf] [ʃi:; ʃi]['nevə(r)]

force	myself	to	render	her	some	little	service	—	never	mind	if	she	never
力量	我	到	使成为	她	一些	小的	服务	—	绝不	头脑	如果	她	绝不

[nəʊz] [ˌaɪ 'ti:] ;

knows	it	;
知道	它	;

强迫自己为她做点小事——就算她永远不会知道也没关系；

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] [bɪ'twi:n] [gɒd][ænd; ənd][maɪ'self] .

it	is	between	God	and	myself	.
它	是	之间	上帝	和	我	.

这是我和上帝之间的事。

[traɪ][tu:; tə] [seɪ] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [gʊd] [ɒv; əv][hɜ:(r); hə(r)] ['evri] [deɪ] , [ɒv; əv][hɜ:(r); hə(r)]['tæləntS] , [hɜ:(r); hə(r)]

Try	to	say	a	little	good	of	her	every	day	,	of	her	talents	,	her
尝试	到	说	一个	小的	好的	的	她	每一个	天	,	的	她	天赋	,	她

['kærəktə(r)] ,

character	,
特点	,

每天都尽量说说她的好话，说说她的才华和品格。

[hɜ:(r); hə(r)][tækt] , [fɔ:(r); fə(r)][ðeə(r)][ɪz][ɔ:l] [ðæt] [tu:; tə][bi:; bi] [faʊnd] [ɪn][hɜ:(r); hə(r)] .

her	tact	,	for	there	is	all	that	to	be	found	in	her	.
她	策略	,	为了	那里	是	全部	那	到	是	成立	在	她	.

她很有分寸，因为她身上具备这种品质。

[preɪ] ['ɜ:nɪstlɪ] [fɔ:(r); fə(r)][hɜ:(r); hə(r)] , ['i:v(ə)n] ['ɑ:skɪŋ] [gɒd][tu:; tə][help][ˌem 'i:][tu:; tə] [lʌv] [hɜ:(r); hə(r)] ,

Pray	earnestly	for	her	,	even	asking	God	to	help	me	to	love	her	,
祈祷	切实	为了	她	,	甚至	问	上帝	到	帮助	我	到	爱	她	,

恳切地为她祈祷，甚至祈求上帝帮助我爱她。

[ænd; ənd][tu:; tə][speə(r)][hɜ:(r); hə(r)][tu:; tə][ˌem 'i:] .

and	to	spare	her	to	me	.
和	到	空闲的	她	到	我	.

并且把她留给我。

[dɪə(r)] [kəm'pænjən] !

Dear	companion	!
亲爱的	伴侣	!

亲爱的同伴！

['blesɪd; blest]['mesɪndʒə(r)] [ɒv; əv][gɑ:dz] ['mɜ:si] !

blessed	messenger	of	God's	mercy	!
蒙福	信使	的	神的	怜悯	!

蒙福的上帝慈悲使者！

[ju:; jʊ][ɑ:(r); ə(r)] , [wɪ'ðaʊt] ['nəʊɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] , [ðə; ði] [mi:nz] [fɔ:(r); fə(r)][maɪ] [ˌsæŋktɪfɪ'keɪʃn] , [ænd; ənd][ai]

you	are	,	without	knowing	it	,	the	means	for	my	sanctification	,	and	I
你	是	,	没有	会心	它	,	这	方法	为了	我的	成圣	,	和	我

[wɪl] [nɒt][bi:; bi] [ʌn'greɪtf(ə)l] .

will	not	be	ungrateful	.
将要	不是	是	忘恩负义	.

你不知不觉中成了我成圣的途径，我不会忘恩负义。

[jes] !
Yes !
是的 !

是的!

[ðəʊ] [ðə; ði][ɪk'stɪərɪə(r)][biː; bi] [ruːd] [ænd; ənd] [rɪ'pelənt] ,
though the exterior be rude and repellent ,
尽管 这 外部的 是 粗鲁的 和 驱虫剂 ,

虽然外表粗鲁丑陋，

[jet] [tuː; tə][juː; jʊ][ai] [əʊ] [ˌaɪ 'tiː] [ðæt] [ai][ˌeɪ 'em] [kept] [frɒm; frəm]['greɪtə(r)] [sɪn] ; [juː; jʊ] ,
yet to you I owe it that I am kept from greater sin ; you ,
然而 到 你 我 欠 它 那 我 是 保留 从 更大的 罪 ; 你 ,

然而，我却因你而免于犯下更大的罪孽；是你，

[ə'genst] [huːm] [maɪ] [həʊl] ['neɪtʃə(r)]['reb(ə)lz; rɪ'belz] . . .
against whom my whole nature rebels . . .
反对 谁 我的 所有的 自然 叛军 . . .

我全然反抗他……

[haʊ] [ai] [ɔːt] [tuː; tə] [lʌv] [juː; jʊ] !
how I ought to love you !
如何 我 应该 到 爱 你 !

我该多么爱你啊!

[ˌɛks'ɛks'naɪn] .
XXXIX .
xxxix .

第三十九条。

[huː] [ɪz] ['æŋkʃəs] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [bɪ'lʌvɪd] [wʌnz] [ɪ'tɜːn(ə)l] ['welfeə(r)] ?
Who is anxious for a beloved one's eternal welfare ?
WHO 是 焦虑的 为了 一个 心爱 一个人的 永恒 福利 ?

谁会关心挚爱之人的永恒福祉?

[wiː; wi] ['ɪntrəst] [ɑː'selvz] [fɔː(r); fə(r)][ðeə(r)] [sək'ses] , [ðeə(r)] [prɒ'sperətɪ] ;
We interest ourselves for their success , their prosperity ;
我们 兴趣 我们自己 为了 他们的 成功 , 他们的 繁荣 ;

我们关心他们的成功和繁荣;

[wiː; wi] [ɑːsk] [gɒd] [tuː; tə] [kiːp] [ðem; ðəm][frɒm; frəm] [hɑːm] [ænd; ənd] [ˌmɪs'fɔːtʃuːn] ;
we ask God to keep them from harm and misfortune ;
我们 问 上帝 到 保持 他们 从 伤害 和 不幸 ;

我们祈求上帝保佑他们免受伤害和不幸;

[wiː; wi][traɪ][tuː; tə] [stɑːt] [ðem; ðəm] [wel] [ɪn][ðə; ði] [wɜːld] , [tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm][ɒv; əv][ˌrepju'teɪʃ(ə)n] ,
we try to start them well in the world , to make them of reputation ,
我们 尝试 到 开始 他们 出色地 在 这 世界 , 到 制作 他们 的 名声 ,

我们努力让他们在世界上有一个良好的开端，让他们拥有良好的声誉。

[tuː; tə][prə'kjʊə(r)][ðem; ðəm] ['pleʒə(r)] .
to procure them pleasure .
到 采购 他们 乐趣 .

给他们带来快乐。

[tuː; tə][speə(r)][ðem; ðəm] ['trʌb(ə)l] , [wiː; wi]['sækrɪfaɪs]['aʊə(r)] [əʊn] [iːz] [ænd; ənd] [ɪn'dʒɔɪmənt] . . . .
To spare them trouble , we sacrifice our own ease and enjoyment . . . .
到 空闲的 他们 麻烦 , 我们 牺牲 我们的 自己的 舒适 和 享受 . . . .

为了不给他们添麻烦，我们牺牲了自己的安逸和享受……

[əʊ] , [ðæt] [ɪz] [ɔːl] ['veri] ['bjuːtɪf(ə)l] , ['veri] [raɪt] ; [bʌt; bət] [wɒt] [ʃʊd; ʃəd] [wiː; wi] [duː; də] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði]

Oh	,	that	is	all	very	beautiful	,	very	right	;	but	what	should	we	do	for	the
哦	,	那	是	全部	非常	美丽的	,	非常	正确的	;	但	什么	应该	我们	做	为了	这

[səʊl] ?

soul	?
灵魂	?

哦，这一切都很美好，也很正确；但是我们应该如何对待我们的灵魂呢?

[duː; də] [wiː; wi] [preɪ] [tuː; tə] [gɒd] [ðæt] [ðɪs] [səʊl] [meɪ] [bɪ'kʌm] ['hʌmb(ə)l] , [pjʊə(r)] , [dɪ'vəʊtɪd] ?

Do	we	pray	to	God	that	this	soul	may	become	humble	,	pure	,	devoted	?
做	我们	祈祷	到	上帝	那	这	灵魂	可能	变得	谦逊的	,	纯的	,	奉献	?

我们是否向神祈祷，愿这个灵魂变得谦卑、纯洁、虔诚?

[duː; də] [wiː; wi] [teɪk] [æz; əz] [mʌtʃ] [peɪnz] [tuː; tə] [prə'kjʊə(r)] [hɪm] [ðə; ði] ['lɪt(ə)l] [dɪ'vəʊʃən(ə)l] [bʊk] [ðæt] [wɪl]

Do	we	take	as	much	pains	to	procure	him	the	little	devotional	book	that	will
做	我们	拿	作为	很多	疼痛	到	采购	他	这	小的	灵修	书	那	将要

['riːəli] [help] [hɪm] ,

really	help	him	,
真的	帮助	他	,

我们是否尽力为他找到那本真正能帮助他的小型灵修书籍?

[æz; əz] [wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [tuː; tə] [əb'teɪn] [ə; eɪ] ['trænziənt] ['pleʒə(r)] ?

as	we	should	to	obtain	a	transient	pleasure	?
作为	我们	应该	到	获得	一个	瞬态	乐趣	?

我们应该如何获得短暂的快乐?

[duː; də] [wiː; wi] [help] [hɪm] , [ˌʌn'siːn] , [tə'wɔːdz] [ðæt] [ækt] [ɒv; əv] ['tʃærəti] , [hjuːˌmɪli'eɪʃn] , [ɔː(r)] [self] -

Do	we	help	him	,	unseen	,	towards	that	act	of	charity	,	humiliation	,	or	self	-
做	我们	帮助	他	,	看不见	,	向	那	行为	的	慈善机构	,	屈辱	,	或者	自己	-

[rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] ?

renunciation	?
放弃	?

我们是否应该默默地帮助他做出这种慈善、羞辱或自我牺牲的行为?

[hæv; həv] [wiː; wi] ['kʌrɪdʒ] [nɒt] [tuː; tə] [speə(r)] [ðə; ði] [səʊl] [ðə; ði] ['traɪəl] [ðæt] [wiː; wi] [nəʊ] [wɪl] ['pjʊərɪfaɪ] ?

Have	we	courage	not	to	spare	the	soul	the	trial	that	we	know	will	purify	?
有	我们	勇气	不是	到	空闲的	这	灵魂	这	审判	那	我们	知道	将要	净化	?

我们是否有勇气不让灵魂经历我们明知能够净化心灵的考验?

[dʌz] [ˌaɪ 'tiː] [siːm] [tuː] [hɑːd] [fɔː(r); fə(r)] [juː; jʊ] ?

Does	it	seem	too	hard	for	you	?
做	它	似乎	也	难的	为了	你	?

你觉得太难了吗?

[ɑː] ! [ðen] [juː; jʊ] [duː; də] [nɒt] [nəʊ] [wɒt] ['riːəl] [lʌv] [ɪz] .

Ah	!	then	you	do	not	know	what	real	love	is	.
啊	!	然后	你	做	不是	知道	什么	真实的	爱	是	.

啊！那你还不懂什么是真爱。

[dʌz] [nɒt] [gɒd] [lʌv] [ˌjuː 'es] ?

Does	not	God	love	us	?
做	不是	上帝	爱	我们	?

上帝难道不爱我们吗?

[jet] [gɒd] [lets] [ˌjuː 'es] ['sʌfə(r)] ; ['iːv(ə)n] [sendz] [ðə; ði] ['sʌfərɪŋ] .

Yet	God	lets	us	suffer	;	even	sends	the	suffering	.
然而	上帝	让我们	我们	遭受	;	甚至	发送	这	痛苦	.

然而，上帝却让我们受苦；甚至降下苦难。

[lʌv] [ɪz] ['gɪv(ə)n] [ˌjuː 'es] [tuː; tə] [help] [ˌjuː 'es] ['ɒnwədz] , ['nɪərə(r)] [tuː; tə] [gɒd] .

Love	is	given	us	to	help	us	onwards	,	nearer	to	God	.
爱	是	给定	我们	到	帮助	我们	开始	,	更近	到	上帝	.

爱是赐予我们的，帮助我们不断前行，更接近上帝。

[ðə; ði][məʊst]['blesɪd; blest][ɪz][ðæt] [wɪtʃ] [drɔːz] [ˌjuː 'es] ['nɪərɪst] [tuː; tə][hɪm] ;

The	most	blessed	is	that	which	draws	us	nearest	to	Him	;
这	最多	蒙福	是	那	哪个	平局	我们	最近的	到	他	;

最蒙福的莫过于使我们与祂最亲近；

[ænd; ənd][ɪn] [prə'pɔːʃ(ə)n] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː] [liːdz] [tuː; tə][gɒd][wiː; wi]['riːəlaɪz][ɪts] ['blesɪdnəs] .

and	in	proportion	as	it	leads	to	God	we	realize	its	blessedness	.
和	在	部分	作为	它	线索	到	上帝	我们	意识到	它是	幸福	.

我们越接近上帝，就越能体会到它的幸福。

[ðə; ði] ['es(ə)ns] [ɒv; əv] [truː] [lʌv] [ɪz][nɒt][ɪts] ['tendənəs] , [bʌt; bət][ɪts] [streŋθ] , ['paʊə(r)][ɒv; əv]

The	essence	of	true	love	is	not	its	tenderness	,	but	its	strength	,	power	of
这	本质	的	真的	爱	是	不是	它是	压痛	,	但	它是	力量	,	力量	的

[ɪn'djʊərəns] ,

endurance	,
耐力	,

真爱的本质不在于温柔，而在于力量，在于忍耐。

[ɪts]['pjʊərəti] , [ɪts][self] - [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] .

its	purity	,	its	self	-	renunciation	.
它是	纯度	,	它是	自己	-	放弃	.

它的纯洁，它的自我牺牲。

[ðə; ði] [mis'teik] [wiː; wi] [meɪk] [ɪz] [wen] [wiː; wi] [siːk] [tuː; tə][biː; bi] [bɪ'lʌvɪd] , [ɪn'sted] [ɒv; əv] ['lʌvɪŋ] .

The	mistake	we	make	is	when	we	seek	to	be	beloved	,	instead	of	loving	.
这	错误	我们	制作	是	什么时候	我们	寻找	到	是	心爱	,	反而	的	爱	.

我们犯的错误是，我们追求的是被人喜爱，而不是去爱人。

[wɒt] [meɪks] [ˌjuː 'es] ['kaʊədlɪ] [ɪz][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv] ['luːzɪŋ] [ðæt] [lʌv] .

What	makes	us	cowardly	is	the	fear	of	losing	that	love	.
什么	制作	我们	胆小	是	这	害怕	的	输	那	爱	.

使我们变得懦弱的，是害怕失去那份爱。

['nevə(r)] [fə'get] [ðɪs] : [ə; eɪ] ['selfɪʃ] [hɑːt] [dɪ'zaɪr] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)][ɪt'self] ; [ə; eɪ] ['krɪstʃən] [hɑːt] [dɪ'laɪts]

Never	forget	this	:	A	selfish	heart	desires	love	for	itself	;	a	Christian	heart	delights
绝不	忘记	这	:	一个	自私	心	欲望	爱	为了	本身	;	一个	基督教	心	美味

[tuː; tə] [lʌv] — [wɪ'ðaʊt] [rɪ'tɜːn] .

to	love	—	without	return	.
到	爱	—	没有	返回	.

永远不要忘记：自私的心渴望爱是为了自己；基督徒的心乐于去爱——不求回报。

[ˌeks 'el] .

XL	.
XL	.

特大号。

[tuː; tə] [lɜːn] ['nevə(r)][tuː; tə] [weɪst] ['aʊə(r)] [taɪm] [ɪz] [pə'hæps] [wʌn][ɒv; əv][ðə; ði][məʊst] ['dɪfɪkəlt] ['vɜːtjuːz]

To	learn	never	to	waste	our	time	is	perhaps	one	of	the	most	difficult	virtues
到	学习	绝不	到	浪费	我们的	时间	是	也许	一	的	这	最多	难的	美德

[tuː; tə][ə'kwaɪə(r)] .

to	acquire	.
到	获得	.

学会珍惜时间或许是最难培养的美德之一。

[ə; eɪ] [wel] - [spent] [deɪ] [ɪz][ə; eɪ] [sɔːs] [ɒv; əv] ['pleʒə(r)] .

A	well	-	spent	day	is	a	source	of	pleasure	.
一个	出色地	-	花费	天	是	一个	来源	的	乐趣	.

充实的一天会带来快乐。

[tuː; tə][biː; bi] ['kɒnstəntlɪ] [ɪm'plɔɪd] , [ænd; ənd]['nevə(r)] ['ɑːskɪŋ] , " [wɒt] [ʃæl; ʃəl][aɪ][duː; də] ?

To	be	constantly	employed	,	and	never	asking	,	"	What	shall	I	do	?
到	是	不断地	受雇	,	和	绝不	问	,	"	什么	将	我	做	?

一直有工作，从不问：“我该做什么？”

" [ɪz][ðə; ði]['si:krət][ɒv; əv] [mʌtʃ] ['gʊdnəs] [ænd; ənd] ['hæpinəs] .

"	is	the	secret	of	much	goodness	and	happiness	.
"	是	这	秘密	的	很多	善良	和	幸福	.

“这是许多美好和幸福的秘诀。”

[bɪ'gɪn] , [ðen] , [wɪð] ['prɒmptɪtju:d] , [ækt] [dɪ'saɪsɪvli] , [ˌpɜ:sə'vɪə(r)] ; [ɪf] [ˌɪntə'rʌptɪd] , [bi:; bi]['eɪmiəb(ə)l] ,

Begin	,	then	,	with	promptitude	,	act	decisively	,	persevere	;	if	interrupted	,	be	amiable	,
开始	,	然后	,	和	迅速	,	行为	果断地	,	坚持不懈	;	如果	中断	,	是	可亲	,

[ænd; ənd] [rɪ'tɜ:n] [tu:; tə][ðə; ði] [wɜ:k] [ʌn'rʌfld] ,

and	return	to	the	work	unruffled	,
和	返回	到	这	工作	镇定自若	,

因此，要迅速行动，果断行事，坚持不懈；如果被打断，要态度友善，并平静地回到工作中。

['fɪnɪʃ] [ˌaɪ 'ti:] ['keəfəli] — [ði:z] [wɪl] [bi:; bi][ðə; ði] [saɪnz] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['vɜ:tʃuəs] [səʊl] .

finish	it	carefully	—	these	will	be	the	signs	of	a	virtuous	soul	.
结束	它	小心	—	这些	将要	是	这	标志	的	一个	有德行的	灵魂	.

认真完成它——这将是品德高尚之人的标志。

['ɛks'ɛl'aɪ] .

XLI	.
xli	.

XLI。

[ɑ:(r); ə(r)][ju:; jʊ] [fʊl] [ɒv; əv] [pi:s] ?

Are	you	full	of	peace	?
是	你	满的	的	和平	?

你内心感到平静吗?

[preɪ] !

Pray	!
祈祷	!

祈祷!

[preə(r)] [wɪl] [prɪ'zɜ:v] [ˌaɪ 'ti:][tu:; tə][ju:; jʊ] .

Prayer	will	preserve	it	to	you	.
祷告	将要	保存	它	到	你	.

祈祷能让你保佑它。

[ɑ:(r); ə(r)][ju:; jʊ] ['temptɪd] ?

Are	you	tempted	?
是	你	受诱惑	?

你心动了吗?

[preɪ] !

Pray	!
祈祷	!

祈祷!

[preə(r)] [wɪl] [sə'steɪn] [ju:; jʊ] .

Prayer	will	sustain	you	.
祷告	将要	维持	你	.

祈祷会给你力量。

[hæv; həv][ju:; jʊ] ['fɔ:lən] ?

Have	you	fallen	?
有	你	倒下	?

你摔倒了吗?

[preɪ] !

Pray	!
祈祷	!

祈祷!

[preə(r)] [wɪl] [reɪz] [juː; jʊ] .
Prayer **will** **raise** **you** **.**
祷告 将要 增加 你 .

祈祷能使你得救。

[ɑː(r); ə(r)][juː; jʊ] [dɪsˈkʌrɪdʒd] ?
Are **you** **discouraged** **?**
是 你 灰心 ?

你感到沮丧吗?

[preɪ] !
Pray **!**
祈祷 !

祈祷!

[preə(r)] [wɪl] [ˌriːəˈʃʊə(r)] [ænd; ənd] [ˈkʌmfət] [juː; jʊ] .
Prayer **will** **reassure** **and** **comfort** **you** **.**
祷告 将要 保证 和 舒适 你 .

祈祷会让你感到安心和慰藉。

[ˌɛksˌɛlˈaɪˈaɪ] .
XLII **.**
xlii .

第四十二章

[ðə; ði] [jʌŋ] [ɑː(r); ə(r)] [ˈseldəm] [fɔːˈbeərɪŋ] , [bɪˈkəz; bɪˈkɒz] [ðeɪ] [səʊ][ˈlɪt(ə)l] [ˌʌndəˈstænd] [ðə; ði] ['freilti]
The **young** **are** **seldom** **forbearing** **,** **because** **they** **so** **little** **understand** **the** **frailties**
这 年轻的 是 很少 忍耐 , 因为 他们 所以 小的 理解 这 弱点
[ɒv; əv][pɔː(r); pʊə(r)][ˈhjuːmən][ˈneɪtʃə(r)] .
of **poor** **human** **nature** **.**
的 贫穷的 人类 自然 .

年轻人很少能宽容，因为他们对人性的弱点了解甚少。

[əʊ] !
Oh **!**
哦 !

哦!

[ɪf] [juː; jʊ][kʊd; kəd][ˈəʊnli] [ˈwɪtnəs] [ðə; ði][ˈterəb(ə)l] [ˈstrʌglz] [ˈpɑːsɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [hɑːt] [ɒv; əv] [ðæt] [frend]
if **you** **could** **only** **witness** **the** **terrible** **struggles** **passing** **in** **the** **heart** **of** **that** **friend**
如果 你 可以 仅有的 证人 这 糟糕的 斗争 通过 在 这 心 的 那 朋友
[huːz] [vɪˈvæsəti] [əˈnɔi] [juː; jʊ] ,
whose **vivacity** **annoys** **you** **,**
谁 活泼 令人恼火 你 ,

如果你能亲眼目睹那位让你感到厌烦的活泼朋友内心深处正在经历的可怕挣扎，

[huːz] [ˈfɪk(ə)lnəs] [prəuˈvəuk][juː; jʊ] , [huːz] [fɔːlts] [ˈsʌmtaɪmz] [ˈiːv(ə)n] [meɪk] [juː; jʊ] [blʌʃ] . . . .
whose **fickleness** **provokes** **you** **,** **whose** **faults** **sometimes** **even** **make** **you** **blush** **.** **.** **.** **.**
谁 反复无常 挑衅 你 , 谁 故障 有时 甚至 制作 你 脸红 . . . .

他的反复无常令你恼火，他的缺点有时甚至让你脸红.....

[əʊ] ! [ɪf] [juː; jʊ] [sɔː] [ðə; ði] [tɪəz] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)] [ʃed] [ɪn] [ˈsiːkrət] ,
Oh **!** **if** **you** **saw** **the** **tears** **that** **are** **shed** **in** **secret** **,**
哦 ! 如果 你 锯 这 眼泪 那 是 棚 在 秘密 ,

哦！如果你看到了那些偷偷流下的眼泪，

[ðə; ði][vekˈseɪʃ(ə)n] [felt] [əˈgenst] [self] ([pəˈhæps] [ɒn][jɔː(r); jə(r)] [əˈkaʊnt]) , [juː; jʊ] [wʊd] [ɪnˈdiːd] [ˈpɪti]
the **vexation** **felt** **against** **self** **(** **perhaps** **on** **your** **account** **)** **,** **you** **would** **indeed** **pity**
这 烦恼 毛毡 反对 自己 (也许 在 你的 帐户) , 你 会 的确 遗憾
[ðem; ðəm] .
them **.**
他们 .

如果对方感到自己受到伤害（也许是因为你），你确实会同情他们。

[lʌv] [ðem; ðəm] !

Love	them	!
爱	他们	!

太喜欢他们了!

[meɪk] [ə'laʊənsɪz] [fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm] !

make	allowances	for	them	!
制作	津贴	为了	他们	!

要体谅他们!

['nevə(r)][let][ðem; ðəm] [fiːl] [ðæt] [juː; jʊ] [nəʊ] [ðeə(r)] ['feilɪŋ] .

never	let	them	feel	that	you	know	their	failings	.
绝不	让	他们	感觉	那	你	知道	他们的	缺点	.

永远不要让他们觉得你知道他们的缺点。

[tuː; tə] [meɪk] ['eni] [wʌn] [bɪ'liːv] [hɪm'self] [gʊd] ,

To	make	any	one	believe	himself	good	,
到	制作	任何	一	相信	他自己	好的	,

使任何人相信自己是好人，

[ɪz][tuː; tə][help] [hɪm]['ɔːlməʊst][ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv][self][tuː; tə] [bɪ'kʌm] [səʊ] .

is	to	help	him	almost	in	spite	of	self	to	become	so	.
是	到	帮助	他	几乎	在	尽管如此	的	自己	到	变得	所以	.

几乎是违背他自身意愿地帮助他成为那样的人。

[fɔː'beərəns] [ɪz]['iːv(ə)n][mɔː(r)][ðæn; ðən] [fə'gɪvnəs] ; [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ɪk'skjuːzɪŋ] , ['pʊtɪŋ] ['ɔːlweɪz] [ðə; ðiː] [best]

Forbearance	is	even	more	than	forgiveness	;	it	is	excusing	,	putting	always	the	best
宽容	是	甚至	更多的	比	饶恕	;	它	是	借口	,	推杆	总是	这	最好的

[kən'strʌkʃn] [ə'pɒn] ['evriθɪŋ] ;

construction	upon	everything	;
建造	之上	一切	;

宽容甚至比原谅更甚；它是一种谅解，总是对一切事物做出最好的解释；

[ə'bʌv] [ɔːl] , ['nevə(r)] ['ʃəʊɪŋ] [ðæt] [sʌm; səm] [prə'siːdɪŋ] [hæz; həz] ['wuːndɪd] [ˌjuː 'es] ;

above	all	,	never	showing	that	some	proceeding	has	wounded	us	;
多于	全部	,	绝不	显示	那	一些	进行中	有	受伤	我们	;

最重要的是，从不表现出任何行为伤害了我们；

['spiːkɪŋ] [ɒv; əv] ['eni] [wʌn] [huː] [hæz; həz] [vekst] [ˌjuː 'es] [ðʌs] : " [ʃiː; ʃi][dɪd][nɒt] [θɪŋk] ,

speaking	of	any	one	who	has	vexed	us	thus	:	"	She	did	not	think	,
请讲	的	任何	一	WHO	有	烦恼	我们	因此	:	"	她	做过	不是	思考	,

谈到任何这样惹恼我们的人："她没有想到，

[els] [ʃiː; ʃi] [wʊd] [hæv; həv]['æktɪd] ['dɪfrəntli] ; [ʃiː; ʃi]['nevə(r)] [ment] [tuː; tə][peɪn][ˌem 'iː] , [ʃiː; ʃi] [lʌvz] [ˌem 'iː]

else	she	would	have	acted	differently	;	she	never	meant	to	pain	me	,	she	loves	me
别的	她	会	有	行动	不同	;	她	绝不	意思是	到	疼痛	我	,	她	爱	我

[tuː] [mʌtʃ] ;

too	much	;
也	很多	;

否则她会采取不同的做法；她从未想过要伤害我，她太爱我了；

[ʃiː; ʃi][wɒz; wəz] [pə'hæps] [ʌn'eɪb(ə)l][tuː; tə][duː; də] ['ʌðəwaɪz] , [ænd; ənd] [jet] ['sʌfə] [æt; ət][ðə; ðiː] [θɔːt]

she	was	perhaps	unable	to	do	otherwise	,	and	yet	suffers	at	the	thought
她	曾是	也许	无法	到	做	否则	,	和	然而	遭受	在	这	想法

[ɒv; əv] ['hævɪŋ] [dɪs'pliːzd] [ˌem 'iː] .

of	having	displeased	me	.
的	拥有	不高兴	我	.

她或许别无选择，但一想到惹我生气，就感到很痛苦。

" [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] ['wuːndɪd] [hɑːt] [nəʊ][bɑːm][ɪz][səʊ] [ˌefɪ'keɪʃəs] [æz; əz] [fɔː'beərəns] .

"	For	a	wounded	heart	no	balm	is	so	efficacious	as	forbearance	.
"	为了	一个	受伤	心	不	香脂	是	所以	有效的	作为	宽容	.

"对于一颗受伤的心灵来说，最好的慰藉莫过于宽容。"

[tuː; tə][fɔːˈbeə(r)][ɪz][tuː; tə] [fəˈget] ['evri] [naɪt] [ðə; ði]['lɪt(ə)l] [vekˈseiʃən] [ɒv; əv][ðə; ði][pɑːst] [deɪ] ;

To	forbear	is	to	forget	every	night	the	little	vexations	of	the	past	day	;
到	忍耐	是	到	忘记	每一个	夜晚	这	小的	烦恼	的	这	过去的	天	;

克制就是每晚忘记前一天的小烦恼；

[tuː; tə] [seɪ] ['evri] ['mɔːnɪŋ] : " [tuː; tə] - [deɪ] [ai][ʃæl; ʃəl][biː; bi]['breɪvə(r)][ænd; ənd]['kɑːmə(r)][ðæn; ðən]

to	say	every	morning	:	"	To	-	day	I	shall	be	braver	and	calmer	than
到	说	每一个	早晨	:	"	到	-	天	我	将	是	更勇敢	和	更平静	比

['jestədeɪ] .

yesterday	.
昨天	.

每天早上对自己说："今天我要比昨天更勇敢、更冷静。"

" [fɔːˈbeərəns] ['iːv(ə)n] ['sʌmtaɪmz] [liːdz] [ˌjuː 'es][tuː; tə] [dɪˈtekt] [ɪn] [ɑːˈselvz] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [wɒnt] [ɒv; əv]

"	Forbearance	even	sometimes	leads	us	to	detect	in	ourselves	a	little	want	of
"	宽容	甚至	有时	线索	我们	到	探测	在	我们自己	一个	小的	想	的

[gʊd] ['neɪtʃə(r)] ,

good	nature	,
好的	自然	,

"有时，宽容甚至会让我们发现自己身上缺少一点善良的品质。"

[ˌkɒndɪ'senʃn] , [ænd; ənd] ['tʃærəti] .

condescension	,	and	charity	.
居高临下	,	和	慈善机构	.

居高临下，以及慈善。

[tuː; tə][fɔːˈbeə(r)][ɪz][nɒt]['əʊnli] ['friːli] [tuː; tə] [fə'gɪv] , [bʌt; bət][tuː; tə] [miːt] [hɑːf] - [wei] , [wɪð] [ɪkˈstendɪd]

To	forbear	is	not	only	freely	to	forgive	,	but	to	meet	half	-	way	,	with	extended
到	忍耐	是	不是	仅有的	自由	到	原谅	,	但	到	见面	一半	-	方式	,	和	扩展

[hænd] ,

hand	,
手	,

宽容不仅意味着心甘情愿地原谅，更意味着伸出援手，彼此妥协。

[ðəʊz] [huː] ['tɪmɪdli] [ɑːsk][fɔː(r); fə(r)]['pɑːd(ə)n] .

those	who	timidly	ask	for	pardon	.
那些	WHO	胆怯地	问	为了	赦免	.

那些怯懦地请求原谅的人。

[ˌɛksˌɛl'aɪaɪaɪ] .

XLIII	.
四十三	.

第四十三章

[maɪ] [frend] ,

My	friend	,
我的	朋友	,

我的朋友，

[duː; də][juː; jʊ] [nəʊ] [waɪ] [ðə; ði] [wɜːk] [juː; jʊ] [əˈkʌmplɪʃ] [feɪlz] ['aɪðə(r)][tuː; tə] [gɪv] ['pleʒə(r)] [tuː; tə]

do	you	know	why	the	work	you	accomplish	fails	either	to	give	pleasure	to
做	你	知道	为什么	这	工作	你	完成	失败	任何一个	到	给	乐趣	到

[jɔːˈself] [ɔː(r)] ['ʌðə(r)z] ?

yourself	or	others	?
你自己	或者	其他的	?

你知道为什么你完成的工作既不能给自己带来快乐，也不能给别人带来快乐吗?

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][bɪˈkəz; bɪˈkɒz][ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɒt] ['tʃɪəfəli] [dʌn] , [ænd; ənd] ['ðeəfɔː(r)] [əˈpɪəz] [dɪsˈkʌlərd] .

It	is	because	it	is	not	cheerfully	done	,	and	therefore	appears	discolored	.
它	是	因为	它	是	不是	愉快地	完毕	,	和	所以	出现	变色	.

这是因为做这件事的时候并不开心，所以才显得不够光鲜亮丽。

[ə; eɪ] ['dʒɔɪəs] [hɑːt] [ə'mɪd] ['aʊə(r)] [wɜːk] [ɪm'pɑːts] [tuː; tə]['djuːti][ə; eɪ] ['brɪljənsi] [ðæt] [tʃɑːms] [ðə; ði] [aɪz]

A	joyous	heart	amid	our	work	imparts	to	duty	a	brilliancy	that	charms	the	eyes
一个	欢乐	心	之中	我们的	工作	赋予	到	责任	一个	才华横溢	那	魅力	这	眼睛

[ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] ,

of	others	,
的	其他的	,

工作中保持愉悦的心情，会让职责散发出迷人的光彩，令人赞叹。

[waɪl] [ˌaɪ 'tiː] [prɪ'vents] [ðəʊz] ['fiːlɪŋ] ['wuːndɪd] [huː] ['kænɒt] [pə'fɔːm] [ˌaɪ 'tiː] ['iːkwəli] [wel] .

while	it	prevents	those	feeling	wounded	who	cannot	perform	it	equally	well	.
尽管	它	阻止	那些	感觉	受伤	WHO	不能	履行	它	同样地	出色地	.

同时，它还能防止那些因受伤而无法同样出色完成任务的人感到沮丧。

[dʒɔɪ] , [wɪð] [ˌjuː 'es] , [ɪz] [laɪk] [ə; eɪ]['liːvə(r)] ,

Joy	,	with	us	,	is	like	a	lever	,
喜悦	,	和	我们	,	是	喜欢	一个	杠杆	,

对我们来说，快乐就像一个杠杆。

[baɪ] [wɪtʃ] [wiː; wi] [lɪft] [ðə; ði] [weɪts] [ðæt] [wɪ'ðaʊt] [ɪts] [help] [wʊd] [krʌʃ] [ˌjuː 'es] .

by	which	we	lift	the	weights	that	without	its	help	would	crush	us	.
经过	哪个	我们	举起	这	重量	那	没有	它是	帮助	会	压碎	我们	.

借助它，我们可以举起那些如果没有它就会压垮我们的重物。

[ə; eɪ] ['wɜːkmən] [wʌns] [sed] : " [ɪf] [aɪ] [wɜː(r); wə(r)] [tuː; tə] [liːv] [ɒf] ['sɪŋɪŋ] ,

A	workman	once	said	:	"	If	I	were	to	leave	off	singing	,
一个	工人	一次	说	:	"	如果	我	是	到	离开	离开	歌唱	,

一位工人曾说过："如果我不唱歌了，

[aɪ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kwaɪt] [ʌn'iːkwəl] [tuː; tə] [maɪ] ['bɪznəs] .

I	should	be	quite	unequal	to	my	business	.
我	应该	是	相当	不等	到	我的	商业	.

我应该完全胜任我的事业。

" [ðen] [sɪŋ] ['ɔːlweɪz] ; [let] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [sɪŋ] [æz; əz] [ɪn] [ɪts] ['ɜːliɪst] [j'iəz] .

"	Then	sing	always	;	let	your	heart	sing	as	in	its	earliest	years	.
"	然后	唱歌	总是	;	让	你的	心	唱歌	作为	在	它是	最早	年	.

"那么，就永远歌唱吧；让你的心像它最初那样歌唱吧。"

[ðə; ði] [rɪ'freɪn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [hɑːt] , [wɪtʃ] [pə'hæps] ['nevə(r)] ['pɑːsɪz] [ðə; ði] [lɪps] , [bʌt; bət] [wɪtʃ] ['ekəʊz]

The	refrain	of	the	heart	,	which	perhaps	never	passes	the	lips	,	but	which	echoes
这	避免	的	这	心	,	哪个	也许	绝不	通过	这	嘴唇	,	但	哪个	回声

[ɪn] ['hevə(ə)n] ,

in	heaven	,
在	天堂	,

那首发于心底的歌，或许从未出口，却在天堂回响。

[ɪz] [ðɪs] ['sentəns] : —

is	this	sentence	:	—
是	这	句子	:	—

这句话是：—

" [aɪ] [lʌv] [ænd; ənd] [aɪ] [ˌeɪ 'em] [bɪ'lʌvɪd] !

"	I	love	and	I	am	beloved	!
"	我	爱	和	我	是	心爱	!

我爱，我也被爱！

" [ˌɛksˌɛl'aɪ'viː] .

"	XLIV	.
"	xliv	.

"XLIV.

[wɒt] [rɪ'gret] [wiː; wi] ['sʌmtaɪmz] [fiːl] , ['ɑːftə(r)][ðə; ði] [deθ] [ɔː(r)] [dɪ'pɑːtʃə(r)] [ɒv; əv] [frendz] ,

What	regret	we	sometimes	feel	,	after	the	death	or	departure	of	friends	,
什么	后悔	我们	有时	感觉	,	后	这	死亡	或者	离开	的	朋友们	,

朋友去世或离世后，我们有时会感到多么遗憾啊！

[æt; ət]['nevə(r)] ['hævɪŋ] [ʃəʊn] [ðem; ðəm][ðə; ði] [rɪ'spekt] , [ðə; ði] ['grætɪtjuːd] , [wiː; wi] [felt] [tə'wɔːdz]

at	never	having	shown	them	the	respect	,	the	gratitude	,	we	felt	towards
在	绝不	拥有	所示	他们	这	尊重	,	这	感激	,	我们	毛毡	向

[ðem; ðəm] ,

them	,
他们	,

我们从未向他们表达过我们对他们应有的尊重和感激之情。

[ænd; ənd] [haʊ] [frɒm; frəm][ðə; ði] [depθs] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [hɑːt] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [fɪld] [wɪð] ['tendənəs]

and	how	from	the	depths	of	our	heart	we	are	filled	with	tenderness
和	如何	从	这	深度	的	我们的	心	我们	是	已填	和	压痛

[ænd; ənd] [ə'fekʃn] [fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm] !

and	affection	for	them	!
和	感情	为了	他们	!

我们内心深处对他们充满了温柔和爱意！

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [hæv; həv] [biːn] [ðæt] [æt; ət] [taɪmz] [wiː; wi][kʊd; kəd] [nɒt] [spiːk] ,

It	may	have	been	that	at	times	we	could	not	speak	,
它	可能	有	到过	那	在	时代	我们	可以	不是	说话	,

或许有时候我们无法说话，

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi] [θɔːt] [tuː] [mʌtʃ] [ɒv; əv] [haʊ] [tuː; tə] [seɪ] [ˌaɪ 'tiː] .

because	we	thought	too	much	of	how	to	say	it	.
因为	我们	想法	也	很多	的	如何	到	说	它	.

因为我们想得太多了，不知道该怎么说。

[ə'nʌðə(r)] [taɪm] [wiː; wi] [lɒst] [ðə; ði] [ˌɒpə'tjuːnəti] , [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][wɜː(r); wə(r)] ['ɔːlweɪz] ['ʃɜːkɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] .

Another	time	we	lost	the	opportunity	,	because	we	were	always	shirking	it	.
其他	时间	我们	丢失的	这	机会	,	因为	我们	是	总是	偷懒	它	.

还有一次，我们错失了机会，因为我们总是逃避。

[diːp] [dɪ'vəʊʃn] [ɪz] ['sʌmtaɪmz] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [ɪ'rætɪk] ; ['ɔːlweɪz] [ə'freɪd] [ɒv; əv] ['duːɪŋ] [tuː] ['lɪt(ə)l] ,

Deep	devotion	is	sometimes	a	little	erratic	;	always	afraid	of	doing	too	little	,
深的	虔诚	是	有时	一个	小的	不稳定的	;	总是	害怕的	的	正在做	也	小的	,

深切的奉献有时会有些反复无常；总是害怕做得不够。

['duːɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] ['bædli] [ɔː(r)] [ˌɪnˌɑːpər'tuːnli] .

doing	it	badly	or	inopportunely	.
正在做	它	糟糕	或者	不合时宜	.

做得不好或时机不对。

['ɒf(tə)n] [stɪl] [ðə; ði]['təukənz][ɒv; əv] [ə'fekʃn] [ɑː(r); ə(r)] [tʃekt] ,

Oftener	still	the	tokens	of	affection	are	checked	,
更频繁	仍然	这	代币	的	感情	是	已检查	,

更常见的情况是，人们会检查这些表达爱意的信物。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi] [θɪŋk] [wiː; wi][kʊd; kəd] [ʃəʊ] [ˌaɪ 'tiː][ɪn][sʌm; səm]['betə(r)] [weɪ] ;

because	we	think	we	could	show	it	in	some	better	way	;
因为	我们	思考	我们	可以	展示	它	在	一些	更好的	方式	;

因为我们认为我们可以用更好的方式来展示它；

[wiː; wi] [pʊt] [ɒf] [tɪl] [braɪtə] [deɪz] [ðə; ði] [driːmz] [wiː; wi] ['tʃerɪʃt] ,

we	put	off	till	brighter	days	the	dreams	we	cherished	,
我们	放	离开	直到	更亮	天	这	梦境	我们	珍爱	,

我们把珍视的梦想推迟到更美好的日子再实现。

[ðə; ði] [swiːt] ['jɜːnɪŋ] [tuː; tə]['əʊpən][ðə; ði] [hɑːt] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌvd] [wʌnz] ,

the	sweet	yearning	to	open	the	heart	to	the	loved	ones	,
这	甜的	渴望	到	打开	这	心	到	这	喜爱	一个	,

渴望向所爱之人敞开心扉的甜蜜愿望

[ænd; ənd][let][ðem; ðəm] [siː] [fɔː(r); fə(r)][wʌns] [wɒt] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [pleɪs] [ðeɪ] [fɪl] [ðeə(r)] .

and	let	them	see	for	once	what	a	large	place	they	fill	there	.
和	让	他们	看	为了	一次	什么	一个	大的	地方	他们	充满	那里	.

让他们亲眼看看，他们在那里占据了多么重要的位置。

[əˈlæs] !

Alas	!
唉	!

唉!

[ðə; ði] [deɪz] [flai][pɑːst] , ['sʌd(ə)nli] ['kɒmz] [deθ] , [ɔː(r)] , ['sædə(r)] [stɪl] , [ˌsepəˈreɪʃn] [wɪˈðaʊt] [həʊp]

the	days	fly	past	,	suddenly	comes	death	,	or	,	sadder	still	,	separation	without	hope
这	天	飞	过去的	,	突然	来	死亡	,	或者	,	更悲伤	仍然	,	分离	没有	希望

[ɒv; əv] [rɪˈtɜːn] ,

of	return	,
的	返回	,

时光飞逝，死亡突然降临，或者更令人悲伤的是，离别后再也没有重逢的希望。

['liːvɪŋ] [ðə; ði]['bɪtə(r)] [θɔːt] : " ['ʌðə(r)z] [wɪl] [ʃəʊ] [ðem; ðəm]['betə(r)][ðæn; ðən][ai][hæv; həv] [dʌn] ,

leaving	the	bitter	thought	:	"	Others	will	show	them	better	than	I	have	done	,
离开	这	苦的	想法	:	"	其他的	将要	展示	他们	更好的	比	我	有	完毕	,

[haʊ] [dɪə(r)] ,

how	dear	,
如何	亲爱的	,

心中涌起苦涩的念头：“别人会比我做得更好，多么令人惋惜啊。”

[haʊ] ['væljuːd] , [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] .

how	valued	,	they	are	.
如何	有价值的	,	他们	是	.

它们是多么珍贵啊!

" [ɑː] !

"	Ah	!
"	啊	!

“啊!

[wen] [wiː; wi][kæn; kən][biː; bi] ['lʌvɪŋ] [tuː; tə] - [deɪ] , ['nevə(r)][let][juː 'es] [seɪ] , " [ai] [wɪl] [lʌv] [tuː; tə] -

when	we	can	be	loving	to	-	day	,	never	let	us	say	,	"	I	will	love	to	-
什么时候	我们	能	是	爱	到	-	天	,	绝不	让	我们	说	,	"	我	将要	爱	到	-

['mɒrəʊ] ;

morrow	;
明天	;

今天我们有机会去爱，就不要说：“明天我再去爱吧。”

" [wen] [wiː; wi][hæv; həv][ðə; ði] [ˌɒpəˈtjuːnəti] [ɒv; əv] ['biːɪŋ] ['greɪtf(ə)l] , ['nevə(r)][pʊt] [ɒf] , [fɔː(r); fə(r)][wʌn]

"	when	we	have	the	opportunity	of	being	grateful	,	never	put	off	,	for	one
"	什么时候	我们	有	这	机会	的	存在	感激的	,	绝不	放	离开	,	为了	一

['aʊə(r)] ,

hour	,
小时	,

当我们有机会心怀感恩时，不要拖延，哪怕只花一个小时。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

金粉：日常生活圣化(Gold Dust A Collection of Golden Counsels for)

[ðə; ði] [pruːf] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['grætɪtjuːd] !
the proof of our gratitude !
这 证明 的 我们的 感激 !

这就是我们感激之情的证明!

[kən'kluːʒn]
Conclusion
结论

结论

[ˌlɑːkɔːr'dɛər] , [ɪn] [prɪ'peərɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [rɪ'triːt] [ɪn][ðə; ði] ['kʌntri] ,
Lacordaire , in preparing for a retreat in the country ,
拉科代尔 , 在 准备 为了 一个 撤退 在 这 国家 ,

拉科代尔在准备去乡下静修时，

[sed] [hiː; hi]['əʊnli] [rɪ'kwaɪəd] [fɔː(r); fə(r)][hɪz; ɪz][ˌriːəlaɪ'zeɪʃn; ˌrɪəlaɪ'zeɪʃn][ɒv; əv][ə; eɪ] [driːm] [ɒv; əv] ['hæpinəs]
said he only required for his realization of a dream of happiness
说 他 仅有的 必需的 为了 他的 实现 的 一个 梦 的 幸福
[ænd; ənd]['sɒlətjuːd] , [θriː] [θɪŋz] , — ([wʌn])
and solitude , three things , — (1)
和 孤独 , 三 事物 , — (1)

他说，为了实现幸福和孤独的梦想，他只需要三样东西——（1）

[gɒd] ; ([ˌtuː'tuː]) [ə; eɪ] [frend] ; ([θriː]) [bʊks] .
God ; (2) a friend ; (3) books .
上帝 ; (2) 一个 朋友 ; (3) 图书 .

（2）上帝；（3）朋友；（4）书籍。

[gɒd] ! — [wiː; wi]['nevə(r)] [feɪl] [tuː; tə][faɪnd] [hɪm] [wen] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][pjʊə(r)] , ['həʊli] , [ænd; ənd] [fʊl'fɪlɪŋ]
God ! — We never fail to find Him when we are pure , holy , and fulfilling
上帝 ! — 我们 绝不 失败 到 寻找 他 什么时候 我们 是 纯的 , 圣 , 和 满足
['aʊəli] ['aʊə(r)]['djuːti] .
hourly our duty .
每小时 我们的 责任 .

上帝啊！——当我们纯洁、圣洁，并且时时刻刻履行我们的职责时，我们总能找到他。

[ə; eɪ] [frend] ! — [ri'spɔndz] ['ɔːlweɪz] [tuː; tə][ðə; ði] [hɑːrts] [kɔːl] , [ɪf] ['əʊnli] [ðæt] [hɑːt] [biː; bi] ['lʌvɪŋ]
A Friend ! — Responds always to the heart's call , if only that heart be loving
一个 朋友 ! — 回应 总是 到 这 心脏的 称呼 , 如果 仅有的 那 心 是 爱
[ænd; ənd] [dɪ'vəʊtɪd] .
and devoted .
和 奉献 .

朋友！——只要那颗心充满爱与忠诚，它就总会回应你内心的呼唤。

[bʊks] ! — [əʊ] !
Books ! — Oh !
图书 ! — 哦 !

书！——哦！

[ɪf] ['əʊnli] [ðɪs] ['lɪt(ə)l] [bʊk] [ɒv; əv][gəʊld] [dʌst] [mait] [biː; bi] [ə'laʊd] [tuː; tə] [fɔːm] [wʌn][ɒv; əv][ðə; ði]
if only this little book of Gold Dust might be allowed to form one of the
如果 仅有的 这 小的 书 的 金子 灰尘 可能 是 允许 到 形式 一 的 这
['nʌmbəz] [ɒv; əv] [ðəʊz] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)] ['kærid] [ə'weɪ] ,
numbers of those that are carried away ,
数字 的 那些 那 是 携带 离开 ,

如果这本小小的金粉书能够成为被带走的众多物品之一，那该多好啊！

[fɑː(r)][frɒm; frəm][ðə; ði] [wɜːrldz] ['tɜːmɔɪl] , [ænd; ənd] [riːd] [ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə][geɪn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [help][ænd; ənd]

far	from	the	world's	turmoil	,	and	read	in	order	to	gain	a	little	help	and
远的	从	这	世界的	动荡	,	和	读	在	命令	到	获得	一个	小的	帮助	和

[piːs] !

peace	!
和平	!

远离尘嚣，读书能带来些许慰藉与平静!

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [teɪk] [ʌp][səʊ]['lɪt(ə)l] [ruːm] !

It	will	take	up	so	little	room	!
它	将要	拿	向上	所以	小的	房间	!

它占用的空间非常小!

[gəʊld] [dʌst]

GOLD	DUST
金子	灰尘

金粉

['sekənd] [pɑːt]

SECOND	PART
第二	部分

第二部分

[aɪ] .

I	.
我	.

我。

[ðə; ði] ['frendli] ['wɪspə(r)]

The	Friendly	Whisper
这	友好的	耳语

友善的低语

['ʌndə(r)] [ðɪs] ['taɪt(ə)l][wiː; wi] [kə'mens] [ə; eɪ]['sɪəriːz][ɒv; əv] [ʃɔːt] ['kaunsəl] [fɔː(r); fə(r)] [iːtʃ] [deɪ][ɒv; əv]

Under	this	title	we	commence	a	series	of	short	counsels	for	each	day	of
在下面	这	标题	我们	开始	一个	系列	的	短的	律师	为了	每个	天	的

[ðə; ði] [wiːk] ,

the	week	,
这	星期	,

在此标题下，我们将开始一系列针对一周中每一天的简短建议，

[wɪtʃ] [wɪl] [biː; bi][æz; əz][ə; eɪ] ['frendli] ['wɪspə(r)] , [ðə; ði] [vɔɪs] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['gɑːdiən] ['eɪndʒl] , [ɪn'spaɪərɪŋ]

which	will	be	as	a	friendly	whisper	,	the	voice	of	a	Guardian	Angel	,	inspiring
哪个	将要	是	作为	一个	友好的	耳语	,	这	嗓音	的	一个	监护人	天使	,	鼓舞人心

,

,
,

那声音会像友善的低语，像守护天使的声音，令人鼓舞。

[æz; əz] [ə'keɪʒ(ə)n] ['prez(ə)nts] [ɪt'self] , [sʌm; səm] [gʊd] ['ækʃ(ə)n] , [sʌm; səm][self] - [dɪ'naɪəl] , [sʌm; səm]['lɪt(ə)l]

as	occasion	presents	itself	,	some	good	action	,	some	self	-	denial	,	some	little
作为	场合	礼物	本身	,	一些	好的	行动	,	一些	自己	-	拒绝	,	一些	小的

['sækrɪfaɪs] .

sacrifice	.
牺牲	.

时机成熟时，采取一些善举，做出一些自我克制，做出一些小小的牺牲。

[wiː; wi] [ˌrekə'mend] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [pleɪst] [ɒn][ðə; ði] ['raɪtɪŋ] - ['teɪb(ə)l] ,

We	recommend	that	it	should	be	placed	on	the	writing	-	table	,
我们	推荐	那	它	应该	是	放置	在	这	写作	-	桌子	,

我们建议将其放置在书桌上。

[ɪn][ðə; ði] [bʊk] [wiː; wi][məʊst] ['friːkwəntli] [tɜːn] [tuː; tə] ,

in	the	book	we	most	frequently	turn	to	,
在	这	书	我们	最多	频繁地	转动	到	,

在我们最常翻阅的那本书中，

[ɔː(r)][weər'evə(r)][ˌaɪ 'tiː][ɪz][məʊst] ['laɪkli] [tuː; tə] [miːt] [ðə; ði] [aɪ] .

or	wherever	it	is	most	likely	to	meet	the	eye	.
或者	无论	它	是	最多	可能	到	见面	这	眼睛	.

或者在任何最容易被人看到的地方。

[wɒt] [ɪz][səʊ]['ɒf(ə)n][ðə; ði][wʌn] [θɪŋ] ['wɒntɪŋ] [tuː; tə][sʌm; səm] [dɪ'vaʊt] ['pɜːs(ə)n] [dɪ'vəʊtɪd] [tuː; tə] ['duːɪŋ]

What	is	so	often	the	one	thing	wanting	to	some	devout	person	devoted	to	doing
什么	是	所以	经常	这	一	事物	想要	到	一些	虔诚的	人	奉献	到	正在做

[gʊd] ?

good	?
好的	?

那些虔诚行善的人最常想要的是什么?

['sɪmpli] [tuː; tə][biː; bi] [rɪ'maɪndid] .

Simply	to	be	reminded	.
简单地	到	是	提醒	.

只是提醒一下。

['mʌndeɪ; 'mʌndi]

Monday
周一

周一

['tʃærəti]

CHARITY
慈善机构

慈善

[biː; bi] [gʊd] - [neɪˌtʃəd] , [bə'nevələnt] , [kiːp] [ʌp][ə; eɪ] ['tʃɪəf(ə)l] [ɪk'spreʃ(ə)n] [ɒv; əv] ['kaʊntənəns] ,

Be	good	-	natured	,	benevolent	,	keep	up	a	cheerful	expression	of	countenance	,
是	好的	-	自然	,	仁慈	,	保持	向上	一个	快乐	表达	的	面容	,

['iːv(ə)n] [wen] [ə'ləʊn] .

even	when	alone	.
甚至	什么时候	独自的	.

要性情温和，待人友善，即使独处时也要保持愉悦的表情。

[ðæt] ['klʌmzinəs] , [ðəʊz] [bruːsk] , [ruːd] ['mænəz] , [let][ðem; ðəm][pɑːs] [wɪ'ðaʊt] ['nəʊtɪs] .

That	clumsiness	,	those	brusque	,	rude	manners	,	let	them	pass	without	notice	.
那	笨拙	,	那些	粗暴	,	粗鲁的	礼仪	,	让	他们	经过	没有	注意	.

那些笨拙的行为，那些生硬无礼的举止，就让他们悄然过去吧。

[wen] ['wɪʃɪz] ['kɒntrəri] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] [əʊn] [prɪ'veɪl] , [jiːld] [wɪ'ðaʊt] [ɪl] - ['hjuːmə(r)] , [ɔː(r)]['iːv(ə)n]

When	wishes	contrary	to	your	own	prevail	,	yield	without	ill	-	humor	,	or	even
什么时候	愿望	相反	到	你的	自己的	占上风	,	屈服	没有	患病的	-	幽默	,	或者	甚至

['ʃəʊɪŋ] [jɔː(r); jə(r)] ['efət] ;

showing	your	effort	;
显示	你的	努力	;

当人们的愿望与你的意愿相悖时，要心平气和地顺从，甚至不要表现出任何努力;

[juː; jʊ] [wɪl] [gɪv] ['pleʒə(r)] , [ænd; ənd] [ðʌs] [biː; bi] [pliːzd] [jɔː'self] .

you	will	give	pleasure	,	and	thus	be	pleased	yourself	.
你	将要	给	乐趣	,	和	因此	是	高兴	你自己	.

你会给别人带来快乐，从而自己也会感到快乐。

[traɪ][tuː; tə] [pliːz] , [tuː; tə] [kən'səʊl] , [tuː; tə] [ə'mjuːz] , [tuː; tə] [bɪ'stəʊ] , [tuː; tə] [θæŋk] , [tuː; tə] [help] .

Try	to	please	,	to	console	,	to	amuse	,	to	bestow	,	to	thank	,	to	help	.
尝试	到	请	,	到	安慰	,	到	娱乐	,	到	赐给	,	到	感谢	,	到	帮助	.

尽量取悦他人，安慰他人，逗他人开心，给予礼物，表达感谢，提供帮助。

[ðæt] [ɪz][ɔːl][ɪn][ɪtˈself][səʊ] [gʊd] !
That is all in itself so good !
那 是 全部 在 本身 所以 好的 !

这本身就很好!

[traɪ][tuː; tə][duː; də][sʌm; səm] [gʊd] [tuː; tə][ðə; ði] [səʊlz] [ɒv; əv] [ˈʌðə(r)z] !
Try to do some good to the souls of others !
尝试 到 做 一些 好的 到 这 灵魂 的 其他的 !

尽量为他人的灵魂带来一些益处吧!

[æn; ən] [ˈɜːnɪst] [wɜːd] , [sʌm; səm] [ɪnˈkʌrɪdʒmənt] , [ə; eɪ] [preə(r)] [ˈsɒftli] [briːðd] .
An earnest word , some encouragement , a prayer softly breathed .
一个 认真 单词 , 一些 鼓励 , 一个 祷告 轻轻 呼吸 .

一句真诚的话语，一些鼓励，一声轻柔的祈祷。

[ˌəʊvəˈkʌm] [jɔː(r); jə(r)] [dɪsˈlaɪk] [ænd; ənd] [əˈvɜːʃ(ə)n] [tuː; tə] [ˈsɜːt(ə)n] [pˈɜːsənz] ; [duː; də] [nɒt] [ʃʌn] [ðem; ðəm] ,
Overcome your dislike and aversion to certain persons ; do not shun them ,
克服 你的 不喜欢 和 厌恶 到 肯定 人 ; 做 不是 回避 他们 ,

克服你对某些人的厌恶和反感；不要回避他们。

[ɒn][ðə; ði] [ˈkɒntrəri] [gəʊ][ænd; ənd] [miːt] [ðem; ðəm] .
on the contrary go and meet them .
在 这 相反 去 和 见面 他们 .

相反，你应该去见见他们。

[gɒd] [gəʊz] [bɪˈfɔː(r)] [juː; jʊ] .
God goes before you .
上帝 去 前 你 .

上帝走在你前面。

[biː; bi] [ˈkɜːtiəs] [ˈiːv(ə)n][tuː; tə][ðə; ði] [ˈtrʌb(ə)lsəm] [ˌɪndɪˈvɪdʒuəl] [huː] [ɪz] [ˈɔːlweɪz] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [weɪ] .
Be courteous even to the troublesome individual who is always in your way .
是 有礼貌 甚至 到 这 麻烦的 个人 WHO 是 总是 在 你的 方式 .

即使是对待总是挡你路的麻烦人物，也要保持礼貌。

[gɒd] [sendz] [hɪm] [tuː; tə][juː; jʊ] .
God sends him to you .
上帝 发送 他 到 你 .

上帝派他来找你。

[fəˈgɪv] [æt; ət] [wʌns] .
Forgive at once .
原谅 在 一次 .

立即原谅。

[duː; də][juː; jʊ] [bɪˈliːv] [hɑːm] [wɒz; wəz] [ɪnˈtendɪd] ?
Do you believe harm was intended ?
做 你 相信 伤害 曾是 故意的 ?

你认为这是蓄意伤害吗?

[ɪf] [səʊ] , [ɪz][ˌaɪ ˈtiː] [nɒt] [ðə; ði] [ˈgreɪtə(r)] [ˈmerɪt] ?
If so , is it not the greater merit ?
如果 所以 , 是 它 不是 这 更大的 优点 ?

如果真是如此，这难道不是更大的功德吗?

[duː; də][nɒt] [rɪˈfjuːz] [jɔː(r); jə(r)][ɑːmz] , [ˈəʊnli][let][jɔː(r); jə(r)] [ˈmoʊtɪvz] [biː; bi][pjʊə(r)] ; [ænd; ənd][ɪn] [ˈgɪvɪŋ] ,
Do not refuse your alms , only let your motives be pure ; and in giving ,
做 不是 拒绝 你的 施舍 , 仅有的 让 你的 动机 是 纯的 ; 和 在 给予 ,

不要拒绝施舍，只要你的动机纯正；在施舍时，

[gɪv] [æz; əz][tuː; tə][gɒd] .
give as to God .
给 作为 到 上帝 .

如同献给上帝一般。

[duː; də] [nɒt] [dʒʌdʒ] [ðə; ði] ['gɪlti] ['hɑːʃli] ; ['pɪti] , [ænd; ənd] [preɪ] [fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm] .

Do	not	judge	the	guilty	harshly	;	pity	,	and	pray	for	them	.
做	不是	法官	这	有罪的	严厉地	;	遗憾	,	和	祈祷	为了	他们	.

不要严厉审判有罪之人；要怜悯他们，为他们祈祷。

[waɪ] [ɪ'mædʒɪn]['iːv(ə)l] [ɪn'tenʃ(ə)nz] [ə'genst] [jɔː'self] ?

Why	imagine	evil	intentions	against	yourself	?
为什么	想象	邪恶的	意图	反对	你自己	?

为什么要臆想别人对自己怀有恶意呢?

['kænɒt] [juː; jʊ] [siː] [haʊ] [ðə; ði] [θɔːt] ['trʌb(ə)lz] [ænd; ənd][dis'kwaiət][juː; jʊ] ?

cannot	you	see	how	the	thought	troubles	and	disquiets	you	?
不能	你	看	如何	这	想法	麻烦	和	不安	你	?

你难道看不出这个想法让你多么烦恼不安吗?

[tʃek] [ðə; ði][aɪ'rɑːnɪkl] [smaɪl] ['hɒvərɪŋ] [ə'baʊt] [jɔː(r); jə(r)] [lɪps] ; [juː; jʊ] [wɪl] [griːv] [ðə; ði]['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt]

Check	the	ironical	smile	hovering	about	your	lips	;	you	will	grieve	the	object
查看	这	讽刺	微笑	悬停	关于	你的	嘴唇	;	你	将要	悲伤	这	目的

[ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] .

of	it	.
的	它	.

看看你嘴角那抹嘲讽的微笑；你会让微笑的对象感到悲伤。

[waɪ] [kɔːz] ['eni] [wʌn] [peɪn] ?

Why	cause	any	one	pain	?
为什么	原因	任何	一	疼痛	?

为什么要伤害任何人?

[lend] [jɔː'self] [tuː; tə] [ɔːl] .

Lend	yourself	to	all	.
借	你自己	到	全部	.

乐于助人。

[gɒd] [wɪl] [nɒt] ['sʌfə(r)] [juː; jʊ] [tuː; tə] [biː; bi] ['teɪkən] [əd'vɑːntɪdʒ] [ɒv; əv] [ɪf] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] ['prɒmptɪd] [baɪ]

God	will	not	suffer	you	to	be	taken	advantage	of	if	you	are	prompted	by
上帝	将要	不是	遭受	你	到	是	已采取	优势	的	如果	你	是	提示	经过

[ðə; ði] ['spɪrɪt] [ɒv; əv] ['tʃærəti] .

the	spirit	of	Charity	.
这	精神	的	慈善	.

如果你出于慈善之心，上帝就不会让你被人占便宜。

['tjuːzdeɪ]

Tuesday
周二

周二

[ðə; ði] [dɪ'vaɪn] ['prez(ə)ns]

THE	DIVINE	PRESENCE
这	神圣的	在场

神圣的存在

['nevə(r)] ['seprət] [jɔː'self] [frɒm; frəm] [gɒd] .

Never	separate	yourself	from	God	.
绝不	分离	你自己	从	上帝	.

永远不要与上帝分离。

[haʊ] [swiːt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə][lɪv; laɪv] ['ɔːlweɪz] [nɪə(r)] [ðəʊz] [huː] [lʌv] [ˌjuː 'es] !

How	sweet	it	is	to	live	always	near	those	who	love	us	!
如何	甜的	它	是	到	居住	总是	靠近	那些	WHO	爱	我们	!

能一直生活在爱我们的人身边，是多么幸福啊!

[juː; jʊ] ['kænɒt] [siː] [gɒd] , [bʌt; bət][hiː; hi][ɪz][ðeə(r)] ;

You	cannot	see	God	,	but	He	is	there	;
你	不能	看	上帝	,	但	他	是	那里	;

你看不见上帝，但他确实存在；

[dʒʌst][æz; əz] [ɪf] [sʌm; səm] [frend] [wɜː(r); wə(r)] ['sepəreɪtɪd] [frɒm; frəm][juː; jʊ][baɪ][ə; eɪ] ['kɜːt(ə)n] ,

just	as	if	some	friend	were	separated	from	you	by	a	curtain	,
只是	作为	如果	一些	朋友	是	分开	从	你	经过	一个	窗帘	,

就像你的朋友和你之间隔着一道帘子一样，

[wɪtʃ] [dʌz] [nɒt] [prɪ'vent] [hɪz; ɪz] ['siːɪŋ] [juː; jʊ] ,

which	does	not	prevent	his	seeing	you	,
哪个	做	不是	防止	他的	看到	你	,

但这并不妨碍他看到你。

[ænd; ənd] [wɪtʃ] [æt; ət] ['eni] ['məʊmənt] [meɪ] [ʌn'fəʊld][ænd; ənd] [dɪs'kləʊz] [hɪm] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] [vjuː] .

and	which	at	any	moment	may	unfold	and	disclose	him	to	your	view	.
和	哪个	在	任何	片刻	可能	展开	和	透露	他	到	你的	看法	.

而这一切随时都可能展开，让你看到他。

[wen] [ðə; ði] [səʊl] [ɪz] [ʌn'steɪnd] [baɪ][sɪn] , [ænd; ənd] [ɪf] [wiː; wi] [rɪ'meɪn] [stɪl] [ænd; ənd] [ˌrekə'lektɪd] ,

When	the	soul	is	unstained	by	sin	,	and	if	we	remain	still	and	recollected	,
什么时候	这	灵魂	是	未染色	经过	罪	,	和	如果	我们	保持	仍然	和	回忆	,

当灵魂未被罪恶玷污，如果我们保持安静和专注，

[wiː; wi][kæn; kən] [pə'siːv] [gɑːdz] ['prez(ə)ns] [ɪn][ðə; ði] [hɑːt] , [dʒʌst][æz; əz][wiː; wi] [siː] ['deɪlaɪt]

we	can	perceive	God's	presence	in	the	heart	,	just	as	we	see	daylight
我们	能	感知	神的	在场	在	这	心	,	只是	作为	我们	看	日光

['penətreɪtɪŋ] [ə; eɪ] [ruːm] .

penetrating	a	room	.
渗透	一个	房间	.

我们可以感知到上帝在心中的存在，就像我们能看到日光照射进房间一样。

[wiː; wi] [meɪ] [nɒt][biː; bi] ['ɔːlweɪz] ['kɒnʃəs] [ɒv; əv] [ðɪs] ['prez(ə)ns] , [bʌt; bət] [ˌɪmpə'septəbli] [ˌaɪ 'tiː]

We	may	not	be	always	conscious	of	this	Presence	,	but	imperceptibly	it
我们	可能	不是	是	总是	有意识的	的	这	在场	,	但	不易察觉地	它

['ɪnfluənsɪz] [ɔːl]['aʊə(r)]['ækʃ(ə)nz] .

influences	all	our	actions	.
影响	全部	我们的	行动	.

我们可能并非总是能意识到这种存在，但它却在不知不觉中影响着我们的一切行为。

[əʊ] ! [haʊ'evə(r)] ['hevi] [meɪ] [biː; bi][ðə; ði]['bɜːd(ə)n][juː; jʊ][hæv; həv][tuː; tə][beə(r)] ,

Oh	!	however	heavy	may	be	the	burden	you	have	to	bear	,
哦	!	然而	重的	可能	是	这	负担	你	有	到	熊	,

哦！无论你肩负的重担多么沉重，

[dʌz] [ˌaɪ 'tiː][nɒt][æt; ət][wʌns] [bɪ'kʌm] [laɪt] [bɪ'niːθ] [ðə; ði] [geɪz] [ɒv; əv] [ðæt] ['fɑː.ðərz] [aɪ] ?

does	it	not	at	once	become	light	beneath	the	gaze	of	that	Father's	eye	?
做	它	不是	在	一次	变得	光	下面	这	目光	的	那	父亲的	眼睛	?

在那位父亲的注视下，难道它不会立刻变得明亮吗?

[ðə; ði] [θɔːt] [ɒv; əv][gɒd][ɪz]['nevə(r)] ['wɪərɪsəm] ; [waɪ] [nɒt] ['ɔːlweɪz] ['tʃerɪʃ] [ˌaɪ 'tiː] ?

The	thought	of	God	is	never	wearisome	;	why	not	always	cherish	it	?
这	想法	的	上帝	是	绝不	令人厌倦的	;	为什么	不是	总是	珍惜	它	?

想到上帝永远不会让人感到厌倦；为什么不一直珍惜这种想法呢?

[gəʊ][ɒn] , [wɪ'ðaʊt] [tremblɪŋ] , [bɪ'niːθ] [ðə; ði] [aɪ] [ɒv; əv][gɒd] ; ['nevə(r)][fɪə(r)][tuː; tə][smaɪl] , [lʌv] ,

Go	on	,	without	trembling	,	beneath	the	Eye	of	God	;	never	fear	to	smile	,	love	,
去	在	,	没有	发抖	,	下面	这	眼睛	的	上帝	;	绝不	害怕	到	微笑	,	爱	,

[həʊp] ,

hope	,
希望	,

继续前行，不要颤抖，在上帝的注视下；永远不要害怕微笑、爱和希望。

[ænd; ənd][ɪn'dʒɔɪ][ɔːl] [ðæt] [meɪks] [laɪf] [swiːt] .

and	enjoy	all	that	makes	life	sweet	.
和	享受	全部	那	制作	生活	甜的	.

尽情享受生活中所有美好的事物。

[gɒd] [riˈdʒɔis] [ɪn]['aʊə(r)] ['pleʒəz] [æz; əz][ə; eɪ] ['mʌðə(r)] [ɪn][ðə; ði][dʒɔɪz][ɒv; əv][hɜː(r); hə(r)] [tʃaɪld] .

God	rejoices	in	our	pleasures	as	a	mother	in	the	joys	of	her	child	.
上帝	欢欣鼓舞	在	我们的	快乐	作为	一个	母亲	在	这	喜悦	的	她	孩子	.

上帝因我们的快乐而喜悦，如同母亲因孩子的快乐而喜悦一样。

[wɒt] [ɪz] ['kɒntrəri] [tuː; tə] [gɑːdz] [wɪl] , [griːvz] [hɪm] , [ænd; ənd] [dʌz] [juː; jʊ] [hɑːm] , [ðæt] [əˈləʊn] [juː; jʊ]

What	is	contrary	to	God's	Will	,	grieves	Him	,	and	does	you	harm	,	that	alone	you
什么	是	相反	到	神的	将要	,	悲伤	他	,	和	做	你	伤害	,	那	独自的	你

[niːd] [fɪə(r)] ,

need	fear	,
需要	害怕	,

凡是违背上帝旨意的，都会令他悲伤，也会伤害你，仅此一点就值得你敬畏。

— [ðə; ði] [θɔːt] [ðæt] [wɪl] [steɪn] [jɔː(r); jə(r)] [səʊl] ; [ðə; ði] [wɪʃ] [ðæt] ['trʌb(ə)lz] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] ; [ðæt]

—	the	thought	that	will	stain	your	soul	;	the	wish	that	troubles	your	heart	;	that
—	这	想法	那	将要	弄脏	你的	灵魂	;	这	希望	那	麻烦	你的	心	;	那

[ˌʌn'həʊlsəm] ['ækʃ(ə)n] ,

unwholesome	action	,
不健康的	行动	,

——玷污你灵魂的念头；困扰你内心的愿望；不健康的行径，

[ðæt] [wɪl] ['wiːkən] [jɔː(r); jə(r)] ['ɪntəlekt] , [ænd; ənd] [dɪ'strɔɪ] [jɔː(r); jə(r)] [piːs] .

that	will	weaken	your	intellect	,	and	destroy	your	peace	.
那	将要	削弱	你的	智力	,	和	破坏	你的	和平	.

那会削弱你的智力，破坏你的内心平静。

['nevə(r)] [lɒŋ] [fɔː(r); fə(r)] [wɒt] [gɒd] [siːz] [fɪt] [tuː; tə] [dɪ'naɪ] .

Never	long	for	what	God	sees	fit	to	deny	.
绝不	长的	为了	什么	上帝	看到	合身	到	否定	.

永远不要渴望上帝不愿接受的事物。

[gɒd] , [bɪ'saɪd] [juː; jʊ] , [wɪl] [rɪ'peə(r)] [jɔː(r); jə(r)] ['blʌndəz] ,

God	,	beside	you	,	will	repair	your	blunders	,
上帝	,	旁	你	,	将要	维修	你的	失误	,

上帝与你同在，他会弥补你的过错。

[prə'vaɪd] [miːnz] [weə'baɪ] [juː; jʊ] [meɪ] [ə'təʊn] [fɔː(r); fə(r)] [ðæt] ['sɪnfl] ['ækʃ(ə)n] [baɪ] [wʌn] [mɔː(r)] ['vɜːtʃuəs] ,

provide	means	whereby	you	may	atone	for	that	sinful	action	by	one	more	virtuous	,
提供	方法	由此	你	可能	赎罪	为了	那	罪恶的	行动	经过	一	更多的	有德行的	,

提供方法，使你可以通过做一件更有德行的事来弥补你的罪行。

[waɪp] [ə'weɪ] [ðə; ði] [tɪəz] [kɔːzd] [baɪ] [sʌm; səm] [ʌn'merɪtɪd] [rɪ'pruːf] [ɔː(r)] [ˌʌn'kaɪnd] [wɜːd] .

wipe	away	the	tears	caused	by	some	unmerited	reproof	or	unkind	word	.
擦拭	离开	这	眼泪	导致	经过	一些	不应得的	责备	或者	不友善	单词	.

擦干因无端责备或恶语而流下的泪水。

[juː; jʊ] [hæv; həv] ['əʊnli] [tuː; tə] [kləʊz] [jɔː(r); jə(r)] [aɪz] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] ['məʊmənt] , [ɪg'zæmɪn] [jɔː'self] ,

You	have	only	to	close	your	eyes	for	a	moment	,	examine	yourself	,
你	有	仅有的	到	关闭	你的	眼睛	为了	一个	片刻	,	检查	你自己	,

[ænd; ənd] ['sɒftli] ['mɜːmə(r)] ,

and	softly	murmur	,
和	轻轻	低语	,

你只需闭上眼睛片刻，审视自己，然后轻声低语：

" [lɔːd] , [help] [ˌem 'iː] !

"	Lord	,	help	me	!
"	主	,	帮助	我	!

主啊，救救我！

" [kæn; kən][juː; jʊ][nɒt][hɪə(r)][gɑːdz] [vɔɪs] ['spiːkɪŋ] [tuː; tə][juː; jʊ] ?

"	Can	you	not	hear	God's	Voice	speaking	to	you	?
"	能	你	不是	听到	神的	嗓音	请讲	到	你	?

你听不到上帝对你说话的声音吗?

[wɒt] !

What	!
什么	!

什么!

[wen] [hiː; hi] [sez] : [beə(r)] [ðɪs] , [ai][ˌeɪ 'em][hɪə(r)][tuː; tə][eɪd] [ðiː] ; [juː; jʊ] [wɪl] [rɪ'fjuːz] ?

when	He	says	:	Bear	this	,	I	am	here	to	aid	thee	;	you	will	refuse	?
什么时候	他	说道	:	熊	这	,	我	是	这里	到	援助	你	;	你	将要	拒绝	?

当祂说：“忍受这一切，我来帮助你；你会拒绝吗？”

[hiː; hi] [sez] : [kən'tɪnjuː] [ə'nʌðə(r)] [hɑːf] - ['aʊə(r)][ðə; ði] [wɜːk] [ðæt] ['wiəri] [ðiː] ; [ænd; ənd][juː; jʊ] [wʊd]

He	says	:	Continue	another	half	-	hour	the	work	that	wearies	thee	;	and	you	would
他	说道	:	继续	其他	一半	-	小时	这	工作	那	疲惫	你	;	和	你	会

[stɒp] ?

stop	?
停止	?

他说：再继续干这让你疲惫不堪的工作半小时吧；你难道就想停下来吗?

[hiː; hi] [sez] : [duː; də][nɒt] [ðæt] ; [ænd; ənd][juː; jʊ][duː; də][ˌaɪ 'tiː] ?

He	says	:	Do	not	that	;	and	you	do	it	?
他	说道	:	做	不是	那	;	和	你	做	它	?

他说：不要那样做；而你却做了?

[hiː; hi] [sez] : [let] [ˌjuː 'es] [tred] [tə'geðə(r)] [ðə; ði] [pɑːθ] [ɒv; əv] [ə'biːdiəns] ; [ænd; ənd][juː; jʊ]['ɑːnsə(r)] : [nəʊ]

He	says	:	Let	us	tread	together	the	path	of	obedience	;	and	you	answer	:	No
他	说道	:	让	我们	踏	一起	这	小路	的	服从	;	和	你	回答	:	不

?

?
?

他说：让我们一起走顺服之路；你回答：不?

['wenzdeɪ]

Wednesday
周三

周三

[self] - [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n]

SELF	-	RENUNCIATION
自己	-	放弃

自我放弃

[duː; də][nɒt][biː; bi][ə'freɪd][ɒv; əv][ðæt] [wɜːd] [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] .

Do	not	be	afraid	of	that	word	Renunciation	.
做	不是	是	害怕的	的	那	单词	放弃	.

不要害怕“放弃”这个词。

[tuː; tə][juː; jʊ] , [pə'hæps] , [ˌaɪ 'tiː]['əʊnli] [miːnz] , ['wɪərinəs] , [rɪ'streɪnt] , [ɒn'wiː] .

To	you	,	perhaps	,	it	only	means	,	weariness	,	restraint	,	ennui	.
到	你	,	也许	,	它	仅有的	方法	,	疲劳	,	克制	,	厌倦	.

对你而言，或许仅仅意味着疲惫、克制、厌倦。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [miːnz] ['ɔːlsəʊ] , [lʌv] , [pə'fekʃ(ə)n] , [ˌsæŋktɪfɪ'keɪʃn] .

But	it	means	also	,	love	,	perfection	,	sanctification	.
但	它	方法	还	,	爱	,	完美	,	成圣	.

但它也意味着爱、完美和圣化。

[huː] ['kænɒt] [rɪ'naʊns] , ['kænɒt] [lʌv] .
Who cannot renounce , cannot love .
WHO 不能 放弃 , 不能 爱 .

无法放弃的人，无法去爱。

[huː] ['kænɒt] [rɪ'naʊns] , ['kænɒt] [bɪ'kʌm] ['pɜːfɪkt] .
Who cannot renounce , cannot become perfect .
WHO 不能 放弃 , 不能 变得 完美的 .

不能舍弃罪恶的人，无法达到完美。

[huː] ['kænɒt] [rɪ'naʊns] , ['kænɒt] [biː; bi] [meɪd] ['həʊli] .
Who cannot renounce , cannot be made holy .
WHO 不能 放弃 , 不能 是 制成 圣 .

不能弃绝罪恶的人，不能成圣。

[self] - [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] [miːnz] [dɪ'vəʊʃn] [tuː; tə]['aʊə(r)]['djuːti] , ['gəʊɪŋ] [ɒn] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː][ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv]
Self - renunciation means devotion to our duty , going on with it in spite of
自己 - 放弃 方法 虔诚 到 我们的 责任 , 去 在 和 它 在 尽管如此 的
['dɪfɪkəltɪz] , [dɪs'gʌst] ,
difficulties , disgust ,
困难 , 厌恶 ,

自我牺牲意味着忠于我们的职责，即使遇到困难、厌恶等情况也要坚持履行职责。

[ɒn'wiː] , [wɒnt] [ɒv; əv] [sək'ses] .
ennui , want of success .
厌倦 , 想 的 成功 .

厌倦，缺乏成功。

[self] - [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] [ɪz] [self] - ['sækrɪfaɪs] , ['ʌndə(r)] [wɒt'evə(r)] [fɔːm] [ˌaɪ 'tiː]['prez(ə)nts] [ɪt'self] , — [preə(r)] ,
Self - renunciation is self - sacrifice , under whatever form it presents itself , — prayer ,
自己 - 放弃 是 自己 - 牺牲 , 在下面 任何 形式 它 礼物 本身 , — 祷告 ,
['leɪbə(r)] , [lʌv] . . .
labor , love . . .
劳动 , 爱 . . .

自我放弃就是自我牺牲，无论它以何种形式出现——祈祷、劳动、爱……

[ɔːl] [ðæt] [wʊd] [biː; bi][æn; ən]['ɒbstək(ə)l] , [nɒt] ['mɪəli] [tuː; tə][ɪts] [ə'kʌmplɪʃmənt] , [bʌt; bət][ɪts]
all that would be an obstacle , not merely to its accomplishment , but its
全部 那 会 是 一个 障碍 , 不是 仅仅 到 它是 成就 , 但 它是
[pə'fekʃ(ə)n] .
perfection .
完美 .

所有这些都会成为障碍，不仅阻碍其实现，而且阻碍其臻于完美。

[self] - [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] [ɪz][tuː; tə] [ruːt] [aʊt] [ɔːl] [ðæt] [in'kʌmbə] [ðə; ði] [hɑːt] ,
Self - renunciation is to root out all that encumbers the heart ,
自己 - 放弃 是 到 根 出去 全部 那 负担 这 心 ,

自我舍弃就是根除一切束缚心灵的事物。

[ɔːl] [ðæt] [im'piːd] [ðə; ði] [friː] ['ækʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði]['həʊli]['spɪrɪt] [wɪ'ðɪn] — ['lɒŋɪŋ] ['ɑːftə(r)][æn; ən]
all that impedes the free action of the Holy Spirit within — longings after an
全部 那 阻碍 这 自由的 行动 的 这 圣 精神 之内 — 渴望 后 一个
[ɪ'mædʒɪnəri] [pə'fekʃ(ə)n] [ɔː(r)] [wel] - ['biːɪŋ] ,
imaginary perfection or well - being ,
假想 完美 或者 出色地 - 存在 ,

一切阻碍圣灵在人内心自由运行的事物——对虚幻的完美或幸福的渴望，

[ˌʌn'rɪəl] ['sentɪmənts] [ðæt] ['trʌb(ə)l] [ˌjuː 'es][ɪn] [preə(r)] , [ɪn] [wɜːk] , [ɪn]['slʌmbə(r)] , [ðæt] ['fæsɪneɪt] [ˌjuː 'es] ,
unreal sentiments that trouble us in prayer , in work , in slumber , that fascinate us ,
虚幻 情感 那 麻烦 我们 在 祷告 , 在 工作 , 在 睡眠 , 那 吸引 我们 ,

那些在祈祷、工作、睡眠中困扰我们、令我们着迷的不切实际的情感，

[bʌt; bət][ðə; ði] [rɪ'zʌlt] [ɒv; əv] [wɪtʃ] [ɪz][tuː; tə] [dɪ'strɔɪ] [ɔːl] ['riːəl] [ˌæplɪ'keɪʃ(ə)n] .

but	the	result	of	which	is	to	destroy	all	real	application	.
但	这	结果	的	哪个	是	到	破坏	全部真实的		应用	.

但其结果却是摧毁所有实际应用。

[self] - [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] [ɪz][tuː; tə] [rɪ'zɪst] [ɔːl][ðə; ði] [ə'ljuəmənt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['sensɪz] , [ðæt] [wʊd] ['əʊnli]

Self	-	renunciation	is	to	resist	all	the	allurements	of	the	senses	,	that	would	only
自己	-	放弃	是	到	抵抗	全部	这	诱惑	的	这	感官	,	那	会	仅有的

[gɪv] ['pleʒə(r)] [tuː; tə][self] ,

give	pleasure	to	self	,
给	乐趣	到	自己	,

自我放弃是指抵制一切感官的诱惑，因为那些诱惑只会给自身带来快乐。

[ænd; ənd]['sætɪsfaɪ][ðə; ði] ['kɒnʃəns] , [baɪ] ['wɪspərɪŋ] , " [ˌaɪ 'tiː][ɪz][nəʊ][sɪn] .

and	satisfy	the	conscience	,	by	whispering	,	"	It	is	no	sin	.
和	满足	这	良心	,	经过	耳语	,	"	它	是	不	罪	.

然后轻声安慰自己的良心："这不是罪过。"

" [self] - [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] , [ɪn] [ʃɔːt] , [ɪz] [di'strɔi] , ['iːv(ə)n][æt; ət][ðə; ði][rɪsk][ɒv; əv] [mʌtʃ] [hɑːt] -

"	Self	-	renunciation	,	in	short	,	is	destroying	,	even	at	the	risk	of	much	heart	-
"	自己	-	放弃	,	在	短的	,	是	摧毁	,	甚至	在	这	风险	的	很多	心	-

['rendɪŋ] , [ɔːl][ɪn]['aʊə(r)] [hɑːt] ,

rending	,	all	in	our	heart	,
渲染	,	全部	在	我们的	心	,

简而言之，自我牺牲是一种毁灭，即使冒着内心无比痛苦的风险，也会摧毁我们所有的内心。

[maɪnd] , [ɪˌmædʒɪ'neɪʃ(ə)n] , [ðæt] [kʊd; kəd][biː; bi] [dɪs'pliːzɪŋ] [tuː; tə][gɒd] .

mind	,	imagination	,	that	could	be	displeasing	to	God	.
头脑	,	想像力	,	那	可以	是	令人不快	到	上帝	.

思想、想象力，可能会令上帝不悦。

[rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] [ɪz][nɒt] [wʌn]['sɪŋg(ə)l]['ækʃ(ə)n] , [ðæt] [wen] [wʌns] [ə'kʌmplɪʃt] [wiː; wi] [ɪk'spɪəriəns] [rɪ'liːf]

Renunciation	is	not	one	single	action	,	that	when	once	accomplished	we	experience	relief
放弃	是	不是	一	单身的	行动	,	那	什么时候	一次	完成	我们	经验	宽慰

;

;
;

放弃并非一蹴而就的行为，完成之后我们便能获得解脱；

[ˌaɪ 'tiː] [miːnz] [ə; eɪ] ['kɒnstənt] ['sækrɪfaɪs] , [rɪ'streɪnt] , [rɪ'zɪstɪŋ] , ['rendɪŋ] , [iːtʃ] ['aʊə(r)] , [iːtʃ]

it	means	a	constant	sacrifice	,	restraint	,	resisting	,	rending	,	each	hour	,	each
它	方法	一个	持续的	牺牲	,	克制	,	抵抗	,	渲染	,	每个	小时	,	每个

['məʊmənt] , ['djʊərɪŋ]['aʊə(r)] [həʊl] [laɪf] .

moment	,	during	our	whole	life	.
片刻	,	期间	我们的	所有的	生活	.

这意味着在我们的一生中，每一小时，每一刻，都要不断地牺牲、克制、抵抗和挣扎。

[bʌt; bət][ɪz][nɒt] [ðɪs] [ə; eɪ] ['wʌri] , [ə; eɪ][kən'tɪnjuəl] ['tɔːment] ?

But	is	not	this	a	worry	,	a	continual	torment	?
但	是	不是	这	一个	担心	,	一个	持续的	折磨	?

但这难道不是一种担忧，一种持续的折磨吗?

[nəʊ] ; [nɒt] [ɪf] [ðə; ði] ['muːvɪŋ] [sprɪŋ] [biː; bi] [lʌv] [ɔː(r)] ['gɒdli] [fɪə(r)] . . . .

No	;	not	if	the	moving	spring	be	love	or	godly	fear	.	.	.	.
不	;	不是	如果	这	移动	春天	是	爱	或者	敬虔的	害怕	.	.	.	.

不；如果那涌动的泉水是爱或敬畏之心.....

[duː; də][juː; jʊ][kən'sɪdə(r)][ˌaɪ 'tiː][ə; eɪ] ['trʌb(ə)l] [wen] [juː; jʊ] [meɪk] [jɔː'self] [les] ['kʌmftəb(ə)l] [tuː; tə]

Do	you	consider	it	a	trouble	when	you	make	yourself	less	comfortable	to
做	你	考虑	它	一个	麻烦	什么时候	你	制作	你自己	较少的	舒服的	到

[meɪk] [ruːm] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [frend] [huː] ['vɪzɪts] [juː; jʊ] ?

make	room	for	a	friend	who	visits	you	?
制作	房间	为了	一个	朋友	WHO	访问	你	?

为了给来访的朋友腾出空间而让自己感觉不那么舒服，你觉得这算麻烦吗?

[wel] ! [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [taɪmz] [wen] [gɒd] [wʊd] [meɪk] [juː; jʊ]['sensəb(ə)l][ɒv; əv][hɪz; ɪz] ['prez(ə)ns] .

Well	!	there	are	times	when	God	would	make	you	sensible	of	His	Presence	.
出色地	!	那里	是	时代	什么时候	上帝	会	制作	你	明智的	的	他的	在场	.

嗯！有时候，上帝会让你感受到他的存在。

[hiː; hi][ɪz] [wɪð] [juː; jʊ] , [ænd; ənd][tuː; tə] [rɪ'teɪn] [hɪm] [kləʊz] , [huː] [ɪz][ɔːl]['pjʊərəti] ,

He	is	with	you	,	and	to	retain	Him	close	,	Who	is	all	Purity	,
他	是	和	你	,	和	到	保持	他	关闭	,	WHO	是	全部	纯度	,

祂与你同在，要紧紧抓住祂，祂是纯洁的化身。

[wɪl] [juː; jʊ][nɒt][biː; bi][mɔː(r)] ['mɒdɪst] [ɪn][jɔː(r); jə(r)][bɪ'heɪvjə(r)] ?

will	you	not	be	more	modest	in	your	behavior	?
将要	你	不是	是	更多的	谦虚的	在	你的	行为	?

你难道不能在行为举止上更加谦逊一些吗?

[ɪf] [juː; jʊ] [wʊd] [rɪ'siːv] [hɪm] ['ɪntuː][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [æt; ət]['həʊli] [kə'mjuːniən] ,

If	you	would	receive	Him	into	your	heart	at	Holy	Communion	,
如果	你	会	收到	他	进入	你的	心	在	圣	圣餐	,

如果你愿意在圣餐礼中接受祂进入你的心中，

[wɪl] [juː; jʊ][nɒt] [meɪk] [ruːm] [fɔː(r); fə(r)] [hɪm] ,

will	you	not	make	room	for	Him	,
将要	你	不是	制作	房间	为了	他	,

你难道不愿为他留出空间吗?

[baɪ] ['ruːtɪŋ] [aʊt] [ðæt] [ə'fekʃn] [hiː; hi][hæz; həz] ['pɔɪntɪd] [aʊt] [tuː; tə][juː; jʊ][æz; əz] ['deɪndʒərəs] , [ðæt]

by	rooting	out	that	affection	He	has	pointed	out	to	you	as	dangerous	,	that
经过	根	出去	那	感情	他	有	尖	出去	到	你	作为	危险的	,	那

['ɪntrəst] ,

interest	,
兴趣	,

通过根除他指出你身上那种危险的感情，那种兴趣，

[ðæt] [dɪ'zaɪə(r)] , [ðæt] ['wɜːldli] , ['senʃuəl] [ə'tætʃmənt] ?

that	desire	,	that	worldly	,	sensual	attachment	?
那	欲望	,	那	世俗	,	感性的	依恋	?

那种欲望，那种世俗的、感官的依恋?

[əʊ] ! [ɪf] [juː; jʊ]['əʊnli] ['riːəli] [lʌvd] .

Oh	!	if	you	only	really	loved	.
哦	!	如果	你	仅有的	真的	喜爱	.

哦！如果你真的爱过就好了。

[wʊd] [juː; jʊ][kɔːl][ˌaɪ 'tiː] ['tɔːtʃə(r)] [ɔː(r)] [kən'streɪnt] ,

Would	you	call	it	torture	or	constraint	,
会	你	称呼	它	酷刑	或者	约束	,

你会称之为酷刑还是束缚?

[ðə; ði] ['enədʒi] [wɪð] [wɪtʃ] [juː; jʊ] ['ʃætə(r)] [sʌm; səm] ['pɔɪz(ə)nd] [kʌp] [juː; jʊ][wɜː(r); wə(r)]['ɔːlməʊst] [in'tais]

the	energy	with	which	you	shatter	some	poisoned	cup	you	were	almost	enticed
这	活力	和	哪个	你	破碎	一些	中毒	杯子	你	是	几乎	诱人的

[tuː; tə] [drɪŋk] ?

to	drink	?
到	喝	?

你用怎样的劲头摔碎了那杯几乎让你忍不住想喝下的毒酒?

[wel] ！ [wen] [ɪn'kaʊntərɪŋ] [ðə; ði] [ə'træktɪv] [ɪn'dʒɔɪmənt] , [ðə; ði] [mə'tɪəriəl] [dɪ'laɪt] , [wɪtʃ] [mait]

Well	！	when	encountering	the	attractive	enjoyment	,	the	material	delight	,	which	might
出色地	！	什么时候	遭遇	这	吸引人的	享受	,	这	材料	喜	,	哪个	可能

[li:d] [ju:; jʊ] [ə'streɪ] ,

lead	you	astray	,
带领	你	误入歧途	,

嗯！当遇到诱人的享乐、物质上的快乐时，这些都可能使你误入歧途，

[ɔ:(r)][ðə; ði]['saɪrən] [vɔɪs] [wɪtʃ] [wʊd] [ə'lʊə(r)][ju:; jʊ][frɒm; frəm][jɔ:(r); jə(r)]['dju:ti][fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ]['məʊmənt]

or	the	siren	voice	which	would	allure	you	from	your	duty	for	a	moment
或者	这	警笛	嗓音	哪个	会	引诱	你	从	你的	责任	为了	一个	片刻

— [ðen] [wen] ['kɒnʃəns] ['wɪspərz] ,

—	then	when	conscience	whispers	,
—	然后	什么时候	良心	低语	,

或者那诱人的声音会让你暂时放下职责——然后当良心低语时，

" [bɪ'weə(r)] , " . . . [wʊd] [ju:; jʊ][bi:; bi] ['kaʊədli] ?

"	Beware	,	"	.	.	.	would	you	be	cowardly	?
"	提防	,	"	.	.	.	会	你	是	胆小	?

“小心，”……你会是懦夫吗?

[ə'læs] ,

Alas	,
唉	,

唉，

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['sləʊli] [ænd; ənd]['ʃʊəli; 'ʃɔ:li] [ðæt] [ðə; ði] [stri:m] ['kæriz] [ɒn][tu:; tə] [dɪ'strʌkʃ(ə)n] [ðə; ði] ['blɒsəm]

it	is	slowly	and	surely	that	the	stream	carries	on	to	destruction	the	blossom
它	是	缓慢地	和	一定	那	这	溪流	携带	在	到	破坏	这	开花

[ðæt] [hæz; həz] ['fɔ:lən] ['ɪntu:][ɪts] ['kʌrənt] .

that	has	fallen	into	its	current	.
那	有	倒下	进入	它是	当前的	.

溪流缓慢而坚定地将落入水中的花朵带向毁灭。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz]['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] [ðæt] ['pleʒə(r)] [li:dz] [ɒn][tu:; tə][sɪn][ðə; ði] [hɑ:t] [ðæt] [lets] [ɪt'self][bi:; bi] [lʌl]

It	is	little	by	little	that	pleasure	leads	on	to	sin	the	heart	that	lets	itself	be	lulled
它	是	小的	经过	小的	那	乐趣	线索	在	到	罪	这	心	那	让我们	本身	是	昏昏欲睡

[baɪ][ɪts] [tʃɑ:ms] .

by	its	charms	.
经过	它是	魅力	.

快乐会一点一点地引诱人犯罪，一颗被其魅力所迷惑的心就会如此。

['θɜ:zdeɪ]

Thursday
周四

周四

[səb'mɪʃn]

SUBMISSION
提交

提交

[æz; əz] [su:n] [æz; əz][ju:; jʊ] [ə'weɪk] [ɪn][ðə; ði] ['mɔ:nɪŋ] ,

As	soon	as	you	awake	in	the	morning	,
作为	很快	作为	你	醒	在	这	早晨	,

你早上醒来后，

[traɪ][tu:; tə] ['ri:əlaɪz] [gɒd] ['stretʃɪŋ] [fɔ:θ] [hɪz; ɪz][hænd] [tə'wɔ:dz] [ju:; jʊ] , [ænd; ənd] ['seɪɪŋ] ,

try	to	realize	God	stretching	forth	His	Hand	towards	you	,	and	saying	,
尝试	到	意识到	上帝	伸展	前进	他的	手	向	你	,	和	说	,

试着去体会上帝向你伸出的手，并说：

[dʌst] [ðaʊ] ['riːəli] [dɪ'zaɪə(r)] [ðæt] [aɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wɒtʃ] ['əʊvə(r)] [ðiː] [ðɪs] [deɪ] ?

Dost	thou	really	desire	that	I	should	watch	over	thee	this	day	?
多斯特	你	真的	欲望	那	我	应该	手表	超过	你	这	天	?

你真的希望我今天守护你吗?

[ænd; ənd][juː; jʊ][lɪft][ʌp][jɔː(r); jə(r)][hændz] [tə'wɔːdz] [ðɪs] [kaɪnd]['fɑːðə(r)] , [ænd; ənd] [seɪ] [tuː; tə] [hɪm] , " [jes]

and	you	lift	up	your	hands	towards	this	kind	Father	,	and	say	to	Him	,	"	Yes
和	你	举起	向上	你的	双手	向	这	种类	父亲	,	和	说	到	他	,	"	是的

,

,

,

你向这位慈爱的父亲举起双手，对他说："是的，

[jes] , [liːd] [ˌem 'iː] , [gaɪd] [ˌem 'iː] , [lʌv] [ˌem 'iː] ; [aɪ] [wɪl] [biː; bi] ['veri] [səb'mɪsɪv] !

yes	,	lead	me	,	guide	me	,	love	me	;	I	will	be	very	submissive	!
是的	,	带领	我	,	指导	我	,	爱	我	;	我	将要	是	非常	顺从者	!

是的，请引领我，指引我，爱我；我将非常顺从!

" [bɪ'niːθ] [gɑːdz] [prə'tektɪŋ] [hænd] , [ɪz][ˌaɪ 'tiː]['pɒsəb(ə)l] [ðæt] [juː; jʊ][kæn; kən][biː; bi] ['sɒrəʊfl] , ['fɪəf(ə)l]

"	Beneath	God's	protecting	Hand	,	is	it	possible	that	you	can	be	sorrowful	,	fearful
"	下面	神的	保护	手	,	是	它	可能的	那	你	能	是	悲伤	,	可怕

, [ʌn'hæpi] ?

,	unhappy	?
,	不开心	?

"在上帝的庇护之下，你怎会感到悲伤、恐惧、不快乐呢？"

[nəʊ] ; [gɒd] [wɪl] [ə'laʊ] [nəʊ] ['sʌfərɪŋ] , [nəʊ]['traɪəl] , [ə'bʌv] [wɒt] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)]['eɪb(ə)l][tuː; tə][beə(r)] .

No	;	God	will	allow	no	suffering	,	no	trial	,	above	what	you	are	able	to	bear	.
不	;	上帝	将要	允许	不	痛苦	,	不	审判	,	多于	什么	你	是	有能力的	到	熊	.

不，上帝不会允许你遭受超过你所能承受的痛苦和考验。

[ðen] [pɑːs] [θruː] [ðə; ði] [deɪ] , ['kwaɪətli][ænd; ənd] ['kɑːmli] ,

Then	pass	through	the	day	,	quietly	and	calmly	,
然后	经过	通过	这	天	,	悄悄	和	平静地	,

然后，平静地度过这一天。

['iːv(ə)n][æz; əz] [wen] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [tʃaɪld] [juː; jʊ][hæd; həd][jɔː(r); jə(r)] ['mʌðə(r)] ['ɔːlweɪz] [bɪ'saɪd] [juː; jʊ] .

even	as	when	a	little	child	you	had	your	mother	always	beside	you	.
甚至	作为	什么时候	一个	小的	孩子	你	有	你的	母亲	总是	旁	你	.

即使是小孩子的时候，妈妈也总是在你身边。

[juː; jʊ] [niːd] ['əʊnli][biː; bi]['keəf(ə)l] [ə'baʊt] [wʌn] [θɪŋ] , ['nevə(r)][tuː; tə] [dɪs'pliːz] [gɒd] ,

You	need	only	be	careful	about	one	thing	,	never	to	displease	God	,
你	需要	仅有的	是	小心	关于	一	事物	,	绝不	到	得罪	上帝	,

你只需要注意一件事，那就是永远不要触怒上帝。

[ænd; ənd][juː; jʊ] [wɪl] [siː] [haʊ] ['lʌvɪŋli] [gɒd] [wɪl] [də'rekt][ɔːl] [ðæt] [kən'sɜːnz] [juː; jʊ] — [mə'tɪəriəl]

and	you	will	see	how	lovingly	God	will	direct	all	that	concerns	you	—	material
和	你	将要	看	如何	深情地	上帝	将要	直接的	全部	那	担忧	你	—	材料

['ɪntrəsts] , ['sɪmpəθiz] ,

interests	,	sympathies	,
兴趣	,	同情	,

你会看到上帝会如何慈爱地引导所有与你相关的事情——物质利益、同情心、

['wɜːldli] [k'eəz] ; [juː; jʊ] [wɪl] [biː; bi] [ə'stɒnɪʃt] [æt; ət][ðə; ði] ['sʌd(ə)n] [ɪn'laɪt(ə)nmənt] [ðæt] [wɪl] [kʌm]

worldly	cares	;	you	will	be	astonished	at	the	sudden	enlightenment	that	will	come
世俗	关心	;	你	将要	是	惊讶	在	这	突然	启示	那	将要	来

[tuː; tə][juː; jʊ] ,

to	you	,
到	你	,

抛开世俗的烦恼；你将会对突然降临到你身上的顿悟感到惊讶。

[ænd; ənd][ðə; ði] ['wʌndrəs] [piːs] [ðæt] [wɪl] [rɪ'zʌlt] [frɒm; frəm][jɔː(r); jə(r)]['leɪbə(r)][ænd; ənd][jɔː(r); jə(r)] [tɔɪl] .

and	the	wondrous	peace	that	will	result	from	your	labor	and	your	toil	.
和	这	奇妙的	和平	那	将要	结果	从	你的	劳动	和	你的	辛劳	.

以及你辛勤劳动所带来的奇妙的平静。

[ðen] , ['welkəm] ['traɪəl] , ['sɪknəs] , [ɒn'wiː] , [prai'veiʃən] , [ɪn'dʒʌstɪs] . . .

Then	,	welcome	trial	,	sickness	,	ennui	,	privations	,	injustice	.	.	.
然后	,	欢迎	审判	,	疾病	,	厌倦	,	匮乏	,	不公正	.	.	.

然后，迎接考验、疾病、厌倦、匮乏、不公.....

[ɔːl][ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː][kæn; kən]['əʊnli] [kʌm] [daɪ'rɛktɪd][baɪ][gɑːdz][hænd] ,

all	of	it	can	only	come	directed	by	God's	Hand	,
全部	的	它	能	仅有的	来	指导	经过	神的	手	,

这一切只能由上帝之手安排。

[ænd; ənd] [wɪl] [wuːnd] [ðə; ði] [səʊl] ['əʊnli][ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [klenz] [sʌm; səm] [spɒt] [wɪ'ðɪn] .

and	will	wound	the	soul	only	in	order	to	cleanse	some	spot	within	.
和	将要	伤口	这	灵魂	仅有的	在	命令	到	洁净	一些	点	之内	.

伤害灵魂只是为了净化内心的某些污点。

[wʊd] [jɔː(r); jə(r)] ['mʌðə(r)] [hæv; həv]['gɪv(ə)n][juː; jʊ][ə; eɪ]['bɪtə(r)] [dəʊs] ['mɪəli] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [seɪk] [ɒv; əv]

Would	your	mother	have	given	you	a	bitter	dose	merely	for	the	sake	of
会	你的	母亲	有	给定	你	一个	苦的	剂量	仅仅	为了	这	清酒	的

['kɔːzɪŋ] [juː; jʊ] ['sʌfərɪŋ] ?

causing	you	suffering	?
导致	你	痛苦	?

你母亲会仅仅为了让你痛苦而给你服用苦药吗?

[ɪf] [jɔː(r); jə(r)]['djuːti][ɪz][hɑːd] , ['əʊɪŋ] ['aɪðə(r)][tuː; tə][ɪts] ['dɪfɪkəlti] [ɔː(r)][ðə; ði] [dɪs'teɪst] [juː; jʊ] [fiːl]

If	your	duty	is	hard	,	owing	either	to	its	difficulty	or	the	distaste	you	feel
如果	你的	责任	是	难的	,	欠款	任何一个	到	它是	困难	或者	这	厌恶	你	感觉

[tə'wɔːdz] [ˌaɪ 'tiː] ,

towards	it	,
向	它	,

如果你的职责很艰难，无论是由于职责本身的难度，还是由于你对职责的厌恶，

[lɪft][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [tuː; tə][gɒd][ænd; ənd][seɪ] , " [lɔːd] , [help][ˌem 'iː] , " . . . [ðen] [gəʊ][ɒn] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː] ,

lift	your	heart	to	God	and	say	,	"	Lord	,	help	me	,	"	.	.	.	then	go	on	with	it	,
举起	你的	心	到	上帝	和	说	,	"	主	,	帮助	我	,	"	.	.	.	然后	去	在	和	它	,

向神敞开心扉，说："主啊，帮助我"，然后继续做下去。

['iːv(ə)n] [ðəʊ] [juː; jʊ] [siːm] [tuː; tə][duː; də][ˌaɪ 'tiː] [ɪm'pɜːfɪktli] .

even	though	you	seem	to	do	it	imperfectly	.
甚至	尽管	你	似乎	到	做	它	不完美地	.

即使你做得似乎并不完美。

[ʃʊd; ʃəd] [wʌn][ɒv; əv] [ðəʊz] ['momənts] [ɒv; əv] [veɪg] [mɪs'gɪvɪŋz] ,

Should	one	of	those	moments	of	vague	misgivings	,
应该	一	的	那些	时刻	的	模糊的	疑虑	,

如果那一刻产生了某种模糊的疑虑，

[ðæt] [liːv] [ðə; ði] [səʊl] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː][wɜː(r); wə(r)][ɪn] ['ʌtə(r)] ['dɑːknəs] , [kʌm] [tuː; tə] [ˌəʊvə'welm] [juː; jʊ] ,

that	leave	the	soul	as	it	were	in	utter	darkness	,	come	to	overwhelm	you	,
那	离开	这	灵魂	作为	它	是	在	说出	黑暗	,	来	到	压倒	你	,

[kɔːl] [ə'pɒn] [gɒd] ,

call	upon	God	,
称呼	之上	上帝	,

那会使灵魂仿佛陷入彻底的黑暗，使你感到无比绝望，呼求上帝吧。

[æz; əz][ə; eɪ] [tʃaɪld] [ɪn] ['terə(r)] [kraɪz] [aʊt] [tuː; tə][ɪts] ['mʌðə(r)] .

as	a	child	in	terror	cries	out	to	its	mother	.
作为	一个	孩子	在	恐怖	哭泣	出去	到	它是	母亲	.

就像一个惊恐的孩子向母亲哭喊一样。

[ɪf] [juː; jʊ][hæv; həv] [sin] , [əʊ] !
If you have sinned , oh !
如果 你 有 罪过 , 哦 !

如果你犯了罪，哦!

['iːv(ə)n] [ðen] [biː; bi] [nɒt] [ə'freɪd] [ɒv; əv][ðə; ðɪ]['mɜːsɪf(ə)l] [gɒd] , [bʌt; bət] [wɪð] [aɪz] [fʊl] [ɒv; əv] [tɪəz] ,
even then be not afraid of the merciful God , but with eyes full of tears ,
甚至 然后 是 不是 害怕的 的 这 仁慈 上帝 , 但 和 眼睛 满的 的 眼泪 ,

即使那时也不要惧怕仁慈的上帝，而要满眼含泪，

[seɪ] [tuː; tə] [hɪm] , " ['pɑːd(ə)n][ˌem 'iː] " . . . [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː] ['sɒftli] , " [tʃæ'staɪz] [ˌem 'iː] [suːn] , [əʊ] [lɔːd]
say to Him , " Pardon me " . . . and add softly , " chastise me soon , O Lord
说 到 他 , " 赦免 我 " . . . 和 添加 轻轻 , " 惩罚 我 很快 , 哦 主
!
!
!

对祂说：“请原谅我”……然后轻轻地补充道：“主啊，请尽快惩罚我！”

" [jes] , [jes] , [dɪə(r)][wʌn] , [biː; bi] ['ɔːlweɪz] [æt; ət] [piːs] ,
" Yes , yes , dear one , be always at peace ,
" 是的 , 是的 , 亲爱的 一 , 是 总是 在 和平 ,

“是的，亲爱的，愿你永远平安。”

['gəʊɪŋ] [ɒn] ['kwaɪətli] [wɪð] [jɔː(r); jə(r)] ['deɪli] ['djuːtiz] . . . [mɔː(r)][ðæn; ðən] [ðæt] , [biː; bi] ['ɔːlweɪz] ['dʒɔɪəs] .
going on quietly with your daily duties . . . more than that , be always joyous .
去 在 悄悄 和 你的 日常的 职责 . . . 更多的 比 那 , 是 总是 欢乐 .

默默地做好你的日常工作……不仅如此，还要时刻保持快乐。

[ænd; ənd] [waɪ] [nɒt] ?
And why not ?
和 为什么 不是 ?

为什么不呢?

[juː; jʊ] [huː] [hæv; həv][nəʊ][lɒŋgə(r)][ə; eɪ] ['mʌðə(r)] [tuː; tə] [lʌv] [juː; jʊ] , [ænd; ənd] [jet] [kreɪv] [fɔː(r); fə(r)] [lʌv] ,
You who have no longer a mother to love you , and yet crave for love ,
你 WHO 有 不 更长 一个 母亲 到 爱 你 , 和 然而 渴望 为了 爱 ,

你失去了慈爱的母亲，却依然渴望爱。

[gɒd] [wɪl] [biː; bi][æz; əz][ə; eɪ] ['mʌðə(r)] .
God will be as a mother .
上帝 将要 是 作为 一个 母亲 .

上帝会像母亲一样。

[juː; jʊ] [huː] [hæv; həv][nəʊ] ['brʌðə(r)] [tuː; tə] [help] [juː; jʊ] , [ænd; ənd][hæv; həv][səʊ] [mʌtʃ] [niːd] [ɒv; əv]
You who have no brother to help you , and have so much need of
你 WHO 有 不 兄弟 到 帮助 你 , 和 有 所以 很多 需要 的
[sə'pɔːt] ,
support ,
支持 ,

你没有兄弟可以依靠，又如此需要帮助，

[gɒd] [wɪl] [biː; bi][jɔː(r); jə(r)] ['brʌðə(r)] .
God will be your brother .
上帝 将要 是 你的 兄弟 .

上帝会成为你的兄弟。

[juː; jʊ] [huː] [hæv; həv][nəʊ] [frendz] [tuː; tə] ['kʌmfət] [juː; jʊ] , [ænd; ənd][stænd][səʊ] [mʌtʃ] [ɪn] [niːd] [ɒv; əv]
You who have no friends to comfort you , and stand so much in need of
你 WHO 有 不 朋友们 到 舒适 你 , 和 站立 所以 很多 在 需要 的
[ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n] ,
consolation ,
安慰 ,

你孤身一人，没有朋友可以安慰，如此需要慰藉，

[gɒd] [wɪl] [biː; bi][jɔː(r); jə(r)] [frend] .

God	will	be	your	friend	.
上帝	将要	是	你的	朋友	.

上帝会是你的朋友。

[prɪ'zɜːv] ['ɔːlweɪz] [ðə; ði] ['tʃaɪldlaɪk] [sɪm'plɪsəti] [wɪtʃ] [gəʊz] [də'rekt][tuː; tə] [gɒd] ,

Preserve	always	the	childlike	simplicity	which	goes	direct	to	God	,
保存	总是	这	孩子气	简单	哪个	去	直接的	到	上帝	,

要始终保持那份直达上帝的纯真。

[ænd; ənd] [spiːk] [tuː; tə] [hɪm] [æz; əz][juː; jʊ] [wʊd] [spiːk] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] ['mʌðə(r)] .

and	speak	to	Him	as	you	would	speak	to	your	mother	.
和	说话	到	他	作为	你	会	说话	到	你的	母亲	.

像跟母亲说话一样跟祂说话。

[kiːp] [ðæt] ['əʊpən] ['kɒnfɪdəns] [ðæt] [telz] [hɪm] [jɔː(r); jə(r)]['prɑːdʒekts; prə'dʒekts] , ['trʌb(ə)lz] , [dʒɔɪz] ,

Keep	that	open	confidence	that	tells	Him	your	projects	,	troubles	,	joys	,
保持	那	打开	信心	那	讲述	他	你的	项目	,	麻烦	,	喜悦	,

保持那份坦诚的信心，告诉他你的计划、烦恼和喜悦。

[æz; əz][juː; jʊ] [tel] [ðem; ðəm][tuː; tə][ə; eɪ] ['brʌðə(r)] .

as	you	tell	them	to	a	brother	.
作为	你	告诉	他们	到	一个	兄弟	.

就像你告诉兄弟那样。

['tʃerɪʃ] [ðəʊz] ['lʌvɪŋ] [wɜːdz] [ðæt] [spiːk] [ɒv; əv][ɔːl][ðə; ði] ['hæpinəs] [juː; jʊ] [fiːl] , ['lɪvɪŋ] [ɪn]

Cherish	those	loving	words	that	speak	of	all	the	happiness	you	feel	,	living	in
珍惜	那些	爱	字	那	说话	的	全部	这	幸福	你	感觉	,	活的	在

[dɪ'pendəns] [ə'pɒn] [hɪm] ,

dependence	upon	Him	,
依赖性	之上	他	,

珍惜那些充满爱意的话语，它们诉说着你因依靠祂而感受到的所有幸福。

[ænd; ənd] ['trʌstɪŋ] [ɪn][hɪz; ɪz] [lʌv] , [dʒʌst][æz; əz][juː; jʊ] [wʊd] [tel] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ðə; ði] [frend] [ɒv; əv]

and	trusting	in	His	Love	,	just	as	you	would	tell	it	to	the	friend	of
和	信任	在	他的	爱	,	只是	作为	你	会	告诉	它	到	这	朋友	的

[jɔː(r); jə(r)] ['tʃaɪldhʊd] .

your	childhood	.
你的	童年	.

并信赖祂的爱，就像你会告诉儿时的朋友一样。

[kiːp] [ðə; ði] ['dʒenərəs] [hɑːt] [ɒv; əv] ['tʃaɪldhʊd] [wɪtʃ] [gɪvz] [ɔːl] [juː; jʊ][hæv; həv][tuː; tə] [gɒd] .

Keep	the	generous	heart	of	childhood	which	gives	all	you	have	to	God	.
保持	这	慷慨的	心	的	童年	哪个	给予	全部	你	有	到	上帝	.

保持孩童般慷慨的心，将你的一切都奉献给上帝。

[let] [hɪm] ['friːli] [teɪk] [wɒt'evə(r)] [hiː; hi] [pliːz] , [ɔːl] [wɪ'ðɪn] [ænd; ənd] [ə'raʊnd] [juː; jʊ] .

Let	Him	freely	take	whatever	He	pleases	,	all	within	and	around	you	.
让	他	自由	拿	任何	他	请	,	全部	之内	和	大约	你	.

让他随意取走他想要的一切，包括你之内和周围的一切。

[wɪl] ['əʊnli] [wɒt] [hiː; hi] [wɪlz] , [dɪ'zaɪərɪŋ]['əʊnli] [wɒt] [ɪz][ɪn] [ə'kɔːd(ə)ns] [wɪð] [hɪz; ɪz] [wɪl] ,

Will	only	what	He	wills	,	desiring	only	what	is	in	accordance	with	His	Will	,
将要	仅有的	什么	他	遗嘱	,	渴望	仅有的	什么	是	在	根据	和	他的	将要	,

只愿行祂所愿，只愿行符合祂旨意的事。

[ænd; ənd] ['faɪndɪŋ] ['nʌθɪŋ] [ɪm'pɒsəb(ə)l] [ðæt] [hiː; hi] [kə'mændz] .

and	finding	nothing	impossible	that	He	commands	.
和	寻找	没有什么	不可能的	那	他	命令	.

祂所命令的，没有一件是做不到的。

[duː; də] [juː; jʊ] [nɒt] [fiːl] ['sʌmθɪŋ] ['suːðɪŋ] [ænd; ənd] [kən'soʊlɪŋ] [ɪn] [ðiːz] [θɔːts] ?

Do	you	not	feel	something	soothing	and	consoling	in	these	thoughts	?
做	你	不是	感觉	某物	舒缓	和	安慰	在	这些	想法	?

你难道没有从这些想法中感受到一丝慰藉和安慰吗?

[ðə; ði] ['lɒŋgə(r)] [juː; jʊ] [lɪv; laɪv] ,

The	longer	you	live	,
这	更长	你	居住	,

活得越久，

[ðə; ði] ['betə(r)] [juː; jʊ] [wɪl] [ˌʌndə'stænd] [ðæt] [truː] ['hæpinəs] [ɪz] ['əʊnli] [tuː; tə] [biː; bi] [faʊnd] [ɪn] [ə; eɪ] [laɪf]

the	better	you	will	understand	that	true	happiness	is	only	to	be	found	in	a	life
这	更好的	你	将要	理解	那	真的	幸福	是	仅有的	到	是	成立	在	一个	生活

[dɪ'vəʊtɪd] [tuː; tə] [gɒd] ,

devoted	to	God	,
奉献	到	上帝	,

你越了解这一点，就越能明白真正的幸福只能在奉献给上帝的生活中找到。

[ænd; ənd] ['gɪv(ə)n] [ʌp] [ɪn'taɪəli] [tuː; tə] [hɪz; ɪz] ['gaɪd(ə)ns] .

and	given	up	entirely	to	His	Guidance	.
和	给定	向上	完全	到	他的	指导	.

完全顺服于他的指引。

[nəʊ] ! [nəʊ] !

No	!	no	!
不	!	不	!

不！不!

[nʌn] [kæn; kən] [hɑːm] [juː; jʊ] , [ən'les] [ˌaɪ 'tiː] [biː; bi] [gɑːdz] [wɪl] , [ænd; ənd] [ɪf] [hiː; hi] [ə'laʊz] [ˌaɪ 'tiː] ;

none	can	harm	you	,	unless	it	be	God's	Will	,	and	if	He	allows	it	;
没有任何	能	伤害	你	,	除非	它	是	神的	将要	,	和	如果	他	允许	它	;

除非是上帝的旨意，并且上帝允许，否则没有人能伤害你;

[biː; bi] ['peɪʃ(ə)nt] [ænd; ənd] ['hʌmb(ə)l] , [wiːp] [ɪf] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ɪz] [sɔː(r)] , [bʌt; bət] [lʌv] ['ɔːlweɪz] ,

be	patient	and	humble	,	weep	if	your	heart	is	sore	,	but	love	always	,
是	病人	和	谦逊的	,	哭泣	如果	你的	心	是	疮	,	但	爱	总是	,

要耐心谦逊，如果心痛就哭泣，但要永远爱。

[ænd; ənd] [weɪt] . . . [ðə; ði] ['traɪəl] [wɪl] [pɑːs] [ə'weɪ] , [bʌt; bət] [gɒd] [wɪl] [rɪ'meɪn] [jɔːz] [fər'evə(r)] .

and	wait	.	.	.	the	trial	will	pass	away	,	but	God	will	remain	yours	forever	.
和	等待	.	.	.	这	审判	将要	经过	离开	,	但	上帝	将要	保持	你的	永远	.

耐心等待.....考验终将过去，但上帝将永远属于你。

['fraɪdeɪ]

Friday
星期五

星期五

[preə(r)]

PRAYER
祷告

祷告

[əʊ] , [ɪf] [juː; jʊ] ['əʊnli] [njuː] [wɒt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [tuː; tə] [preɪ] !

Oh	,	if	you	only	knew	what	it	is	to	pray	!
哦	,	如果	你	仅有的	知道	什么	它	是	到	祈祷	!

哦，你若知道什么是祈祷就好了!

[əʊ] , [ɪf] [gɒd] [wʊd] ['əʊnli] [gɪv] [juː; jʊ] [ðə; ði] [greɪs] [tuː; tə] [lʌv] [preə(r)] !

oh	,	if	God	would	only	give	you	the	grace	to	love	prayer	!
哦	,	如果	上帝	会	仅有的	给	你	这	优雅	到	爱	祷告	!

哦，但愿上帝能赐予你热爱祷告的恩典!

[wɒt] [piːs] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] [səʊl] , [wɒt] [lʌv] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] !

What	peace	to	your	soul	,	what	love	in	your	heart	!
什么	和平	到	你的	灵魂	,	什么	爱	在	你的	心	!

你的灵魂将充满平静，你的心中将充满爱！

[wɒt] [dʒɔɪ] [wʊd] [ʃaɪn] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] ['kaʊntənəns] , ['iːv(ə)n] [ðəʊ] [ðə; ði] [tɪəz] [stɹ'iːmd] [frɒm; frəm]

What	joy	would	shine	in	your	countenance	,	even	though	the	tears	streamed	from
什么	喜悦	会	闪耀	在	你的	面容	,	甚至	尽管	这	眼泪	流媒体	从

[jɔː(r); jə(r)] [aɪz] !

your	eyes	!
你的	眼睛	!

即使泪水夺眶而出，你的脸上也会洋溢着怎样的喜悦！

[preə(r)] , [æz; əz][ðə; ði][fɜːst][kraɪ] [ɪ'skeɪps] [ðə; ði][lɪps] ,

Prayer	,	as	the	first	cry	escapes	the	lips	,
祷告	,	作为	这	第一的	哭	逃脱	这	嘴唇	,

当第一声啼哭从唇间逸出，祈祷便开始了。

['ɪndɪkeɪts] [tuː; tə][gɒd] [ðæt] [sʌm; səm][wʌn] [wʊd] [spiːk] [tuː; tə][hɪm] , [ænd; ənd][gɒd] , [səʊ] [gʊd]

indicates	to	God	that	some	one	would	speak	to	Him	,	and	God	,	so	good
表示	到	上帝	那	一些	一	会	说话	到	他	,	和	上帝	,	所以	好的

[ænd; ənd] ['greɪʃəs] ,

and	gracious	,
和	亲切	,

这表明有人要向上帝说话，而上帝，如此良善仁慈，

[ɪz]['evə(r)] ['redi] [tuː; tə]['lɪs(ə)n] ([wɪð] [ɔːl] ['revərəns] [wiː; wi] [seɪ] [ˌaɪ 'tiː]) ,

is	ever	ready	to	listen	(	with	all	reverence	we	say	it	)	,
是	曾经	准备好	到	听	(	和	全部	尊敬	我们	说	它	)	,

他总是乐于倾听（我们怀着无比的敬意这样说），

[wɪð] [ðə; ði] [prɒmpt] [ə'tenʃ(ə)n] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['feɪθf(ə)l] ['sɜːvənt] , [hiː; hi] ['mænifest] [hɪm'self] [tuː; tə][ðə; ði]

with	the	prompt	attention	of	a	faithful	servant	,	He	manifests	Himself	to	the
和	这	迅速的	注意力	的	一个	忠实	仆人	,	他	表现	他本人	到	这

[səʊl] [wɪð] [ɪn'efəb(ə)l] [lʌv] ,

soul	with	ineffable	love	,
灵魂	和	难以言喻的	爱	,

祂以忠实仆人的及时关怀，向灵魂显现祂自己，传递着难以言喻的爱。

[ænd; ənd] [sez] [tuː; tə][ˌaɪ 'tiː] , " [bɪ'həʊld][ˌem 'iː] , [ðaʊ] [hæst] [kɔːld] [ˌem 'iː] , [wɒt] [dʌst] [ðaʊ] [dɪ'zaɪə(r)]

and	says	to	it	,	"	Behold	Me	,	thou	hast	called	Me	,	what	dost	thou	desire
和	说道	到	它	,	"	看哪	我	,	你	哈斯特	称为	我	,	什么	朋友	你	欲望

[ɒv; əv][ˌem 'iː] ?

of	Me	?
的	我	?

对它说：“看哪，你呼召了我，你想要我做什么？”

" [tuː; tə] [preɪ] [ɪz][tuː; tə] [rɪ'meɪn] , [səʊ] [lɒŋ] [æz; əz]['aʊə(r)] [preə(r)] [lɑːsts] , [ɪn][ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv] [gɒd]

"	To	pray	is	to	remain	,	so	long	as	our	prayer	lasts	,	in	the	Presence	of	God
"	到	祈祷	是	到	保持	,	所以	长的	作为	我们的	祷告	持续时间	,	在	这	在场	的	上帝

,

,

,

“祈祷就是在祈祷期间，始终与上帝同在。”

[wɪð] [ðə; ði] ['sɜːt(ə)nti] [ðæt] [wiː; wi][kæn; kən]['nevə(r)] ['wɪəri] [hɪm] ,

with	the	certainty	that	we	can	never	weary	Him	,
和	这	肯定	那	我们	能	绝不	厌倦	他	,

我们确信，我们永远不会使祂感到厌倦。

[nəʊ]['mætə(r)] [wɒt] [meɪ] [biː; bi][ðə; ði]['sʌbdʒɪkt][ɒv; əv]['aʊə(r)] [preə(r)] ,

no	matter	what	may	be	the	subject	of	our	prayer	,
不	事情	什么	可能	是	这	主题	的	我们的	祷告	,

无论我们祈祷的内容是什么，

[ɔː(r)][æt; ət] [ðəʊz] [taɪmz] [wen] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] ['spiːtʃləs] ,

or	at	those	times	when	we	are	speechless	,
或者	在	那些	时代	什么时候	我们	是	无言	,

或者在我们无言以对的时候，

[ænd; ənd][æz; əz][ɪn][ðə; ði] [keɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] [gʊd] ['pez(ə)nt] [kwəʊtid][baɪ][ðə; ði] - - ,

and	as	in	the	case	of	the	good	peasant	quoted	by	the	Curé	d'Ars	,
和	作为	在	这	案件	的	这	好的	农民	引	经过	这	-	-	,

正如阿尔斯神父所引述的那位善良农民的例子一样，

[wiː; wi][ɑː(r); ə(r)]['kɒntent][tuː; tə] [pleɪs] [ɑː'selvz] [bɪ'fɔː(r)] [gɒd] , [wɪð] ['əʊnli][ðə; ði] [ˌrekə'lekʃ(ə)n] [ɒv; əv]

we	are	content	to	place	ourselves	before	God	,	with	only	the	recollection	of
我们	是	内容	到	地方	我们自己	前	上帝	,	和	仅有的	这	回忆	的

[hɪz; ɪz] ['prez(ə)ns] .

His	Presence	.
他的	在场	.

我们甘愿来到上帝面前，心中只有祂的存在。

[tuː; tə] [preɪ] [ɪz][tuː; tə][ækt] [tə'wɔːdz] [gɒd][æz; əz][ðə; ði][tʃaɪld] [dʌz] [tuː; tə][ɪts] ['mʌðə(r)] ,

To	pray	is	to	act	towards	God	as	the	child	does	to	its	mother	,
到	祈祷	是	到	行为	向	上帝	作为	这	孩子	做	到	它是	母亲	,

祈祷就是像孩子对待母亲一样对待上帝。

[ðə; ði][pɔː(r); pʊə(r)][mæn] [tə'wɔːdz] [ðə; ði] [rɪtʃ] , ['iːgə(r)][tuː; tə][duː; də][hɪm] [gʊd] , [ðə; ði] [frend] [tə'wɔːdz]

the	poor	man	towards	the	rich	,	eager	to	do	him	good	,	the	friend	towards
这	贫穷的	男人	向	这	富有的	,	渴望的	到	做	他	好的	,	这	朋友	向

[hɪz; ɪz] [frend] ,

his	friend	,
他的	朋友	,

穷人对富人，一心想帮助他；朋友对朋友，一心想帮助他。

[huː] [lɒŋz] [tuː; tə] [ʃəʊ] [hɪm] [ə'fekʃn] .

who	longs	to	show	him	affection	.
WHO	长	到	展示	他	感情	.

谁渴望向他表达爱意。

[preə(r)] [ɪz][ðə; ði] [kiː] [tuː; tə][ɔːl] [sə'lestiəl] ['treʒəz] ;

Prayer	is	the	key	to	all	celestial	treasures	;
祷告	是	这	钥匙	到	全部	天体	宝藏	;

祈祷是开启一切天国宝藏的钥匙；

[baɪ][ˌaɪ 'tiː][wiː; wi] ['penətreɪt] ['ɪntuː][ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv][ɔːl][ðə; ði][dʒɔɪ] , [streŋθ] , ['mɜːsi] , [ænd; ənd]

by	it	we	penetrate	into	the	midst	of	all	the	joy	,	strength	,	mercy	,	and
经过	它	我们	穿透	进入	这	中间	的	全部	这	喜悦	,	力量	,	怜悯	,	和

['gʊdnəs] [dɪ'vaɪn] ,

goodness	Divine	,
善良	神圣的	,

藉此，我们得以深入体验神圣的一切喜乐、力量、慈悲和良善。

. . . [wiː; wi] [rɪ'siːv] ['aʊə(r)] [wel] - ['biːɪŋ] [frɒm; frəm][ɔːl] [ə'raʊnd] [ˌjuː 'es] ,

.	.	.	we	receive	our	well	-	being	from	all	around	us	,
.	.	.	我们	收到	我们的	出色地	-	存在	从	全部	大约	我们	,

……我们的幸福感来源于我们周围的一切，

[æz; əz][ðə; ði] [spʌndʒ] [plʌndʒd] ['ɪntuː][ðə; ði]['əʊʃ(ə)n] [ɪm'baɪb] [wɪ'ðaʊt] [æn; ən] ['efət] [ðə; ði]['wɔːtə(r)] [ðæt]

as	the	sponge	plunged	into	the	ocean	imbibes	without	an	effort	the	water	that
作为	这	海绵	暴跌	进入	这	海洋	饮用	没有	一个	努力	这	水	那

[sə'raʊndz] [ˌaɪ 'tiː] . . . [ðɪs] [dʒɔɪ] ,

surrounds	it	. . .	this	joy	,
周围环境	它	. . .	这	喜悦	,

就像海绵浸入海洋中毫不费力地吸收周围的海水一样……这种喜悦，

[streŋθ] , ['mɜːsi] , [ænd; ənd] ['gʊdnəs] [bɪ'kʌm] ['aʊə(r)] [əʊn] .

strength	,	mercy	,	and	goodness	become	our	own	.
力量	,	怜悯	,	和	善良	变得	我们的	自己的	.

力量、仁慈和善良将成为我们自身的品质。

[əʊ] , [jes] !

Oh	,	yes	!
哦	,	是的	!

哦是的！

[ɪf] [juː; jʊ] [njuː] [haʊ] [tuː; tə] [preɪ] , [ænd; ənd] [lʌvd] [preə(r)] , [haʊ] [gʊd] , ['juːsf(ə)l] , ['fruːtf(ə)l] ,

if	you	knew	how	to	pray	,	and	loved	prayer	,	how	good	,	useful	,	fruitful	,
如果	你	知道	如何	到	祈祷	,	和	喜爱	祷告	,	如何	好的	,	有用	,	卓有成效	,

如果你懂得祷告，并且喜爱祷告，那该是多么美好、多么有益、多么有果效啊！

[ænd; ənd] [ˌmerɪ'tɔːriəs] [wʊd] [biː; bi][jɔː(r); jə(r)][laɪf] !

and	meritorious	would	be	your	life	!
和	有功绩的	会	是	你的	生活	!

你的一生将会充满功绩！

['nʌθɪŋ] [səʊ] ['eliveit] [ðə; ði] [səʊl] [æz; əz] [preə(r)] .

Nothing	so	elevates	the	soul	as	prayer	.
没有什么	所以	提升	这	灵魂	作为	祷告	.

没有什么比祈祷更能提升灵魂。

[gɒd] , [səʊ] [ˌkɒndɪ'sendɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [səʊl] , ['reɪzɪz] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [hɪm] [tuː; tə][ðə; ði]['riːdʒənz][ɒv; əv] [laɪt]

God	,	so	condescending	to	the	soul	,	raises	it	with	Him	to	the	regions	of	light
上帝	,	所以	居高临下的	到	这	灵魂	,	提高	它	和	他	到	这	地区	的	光

[ænd; ənd] [lʌv] ,

and	love	,
和	爱	,

上帝如此屈尊俯就灵魂，将灵魂与祂一同提升到光明与爱的境界。

[ænd; ənd] [ðen] , [ðə; ði] [preə(r)] ['fɪnɪʃt] , [ðə; ði] [səʊl] [rɪ'tɜːnz] [tuː; tə][ɪts] ['deɪlɪ] ['djuːtiz] [wɪð] [ə; eɪ][mɔː(r)]

and	then	,	the	prayer	finished	,	the	soul	returns	to	its	daily	duties	with	a	more
和	然后	,	这	祷告	完成的	,	这	灵魂	返回	到	它是	日常的	职责	和	一个	更多的

[ɪn'laɪt(ə)nd] [maɪnd] ,

enlightened	mind	,
开明	头脑	,

然后，祈祷完毕，灵魂带着更加澄澈的心灵回归日常职责。

[ə; eɪ][mɔː(r)] ['ɜːnɪst] [wɪl] .

a	more	earnest	will	.
一个	更多的	认真	将要	.

一份更真诚的遗嘱。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [fɪld] [wɪð] ['reɪdiəns] [dɪ'vaɪn] , [ænd; ənd] [ʃedz] [ɒv; əv][ɪts] [ə'bʌndəns] [ə'pɒn] [ɔːl] [huː]

It	is	filled	with	radiance	divine	,	and	sheds	of	its	abundance	upon	all	who
它	是	已填	和	辐射	神圣的	,	和	棚屋	的	它是	丰富	之上	全部	WHO

[ə'prəʊtʃ] .

approach	.
方法	.

它充满了神圣的光辉，并将这份光辉洒向所有靠近它的人。

[ɪf] [juː; jʊ] [wʊd] [səkˈsiːd] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [ˈstʌdi] , [wɪð] [ðə; ði] [səkˈses] [ðæt] [ˈsæŋktifai] , [preɪ] [bɪˈfɔː(r)]

If	you	would	succeed	in	your	study	,	with	the	success	that	sanctifies	,	pray	before
如果	你	会	成功	在	你的	学习	，	和	这	成功	那	使神圣化	，	祈祷	前

[kəˈmensɪŋ] .

commencing	.
开始	.

如果你想在学习中取得成功，并获得那种使人圣洁的成功，那么在开始学习之前请祈祷。

[ɪf] [juː; jʊ] [wʊd] [səkˈsiːd] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [ˈɪntəkɔːs] [wɪð] [ˈʌðə(r)z] , [preɪ] [bɪˈfɔː(r)] [bɪˈkʌmɪŋ] [ˈɪntɪmət] .

If	you	would	succeed	in	your	intercourse	with	others	,	pray	before	becoming	intimate	.
如果	你	会	成功	在	你的	交往	和	其他的	，	祈祷	前	成为	亲密的	.

如果你想在与他人发生性关系时获得成功，请在亲密接触前祈祷。

[ˈnʌθɪŋ] [səʊ] [smuːð] [ænd; ənd] [ˈswiːtən] [laɪf] [æz; əz] [preə(r)] .

Nothing	so	smooths	and	sweetens	life	as	Prayer	.
没有什么	所以	平滑	和	甜味剂	生活	作为	祷告	.

没有什么比祈祷更能让生活变得美好甜蜜。

[ðeə(r)] [ɪz][ðə; ði] [ˈsɒlətri] [preə(r)] ,

There	is	the	solitary	prayer	,
那里	是	这	孤	祷告	，

还有独自祈祷，

[wen] [ðə; ði] [səʊl] [ˈaɪsəleɪtɪd] [frɒm; frəm] [ɔːl] [ˈkriːtʃəz] [ɪz] [əˈləʊn] [wɪð] [gɒd] [ænd; ənd] [fiːlz] [ðʌs] [təˈwɔːdz]

when	the	soul	isolated	from	all	creatures	is	alone	with	God	and	feels	thus	towards
什么时候	这	灵魂	孤立	从	全部	生物	是	独自的	和	上帝	和	感觉	因此	向

[hɪm] :

Him	:
他	:

当灵魂与世隔绝，独自与上帝同在，并对祂怀有如下感受时：

" [gɒd] [ænd; ənd] [ai] ; " [gɒd] [tuː; tə] [lʌv] ; [ai] [tuː; tə] [əˈdɔː(r)] , [preɪz] , [ˈglɔːrɪfaɪ] , [θæŋk] .

"	God	and	I	;	"	God	to	love	;	I	to	adore	,	praise	,	glorify	,	thank	.
"	上帝	和	我	;	"	上帝	到	爱	;	我	到	崇拜	，	称赞	，	荣耀	，	感谢	.

“上帝和我”；“上帝爱我；我敬拜、赞美、荣耀、感谢他。”

[gɒd] [tuː; tə] [bɪˈstəʊ] , [ai] [ˈhʌmbli] [tuː; tə] [rɪˈsiːv] , [tuː; tə] [rɪˈnaʊns] , [ɑːsk] , [həʊp] , [səbˈmɪt] ! . . .

God	to	bestow	,	I	humbly	to	receive	,	to	renounce	,	ask	,	hope	,	submit	!	.	.	.
上帝	到	赐给	，	我	谦卑地	到	收到	，	到	放弃	，	问	，	希望	，	提交	！	.	.	.

上帝赐予，我谦卑接受，我放弃，我祈求，我盼望，我顺服！.....

[ɑː] ! [huː] [kæn; kən] [tel] [ɔːl] [ðæt] [ˈpɑːsɪz] [bɪˈtwiːn] [ðə; ði] [səʊl] [ænd; ənd] [ɪts] [gɒd] ?

Ah	!	who	can	tell	all	that	passes	between	the	soul	and	its	God	?
啊	！	WHO	能	告诉	全部	那	通过	之间	这	灵魂	和	它是	上帝	?

啊！谁又能说清灵魂与神之间发生的一切呢?

[ðeə(r)] [ɪz][ðə; ði][juˈnaɪtɪd] [preə(r)] [ɒv; əv] [tuː] [frendz] , [baʊnd] [təˈgeðə(r)] [baɪ][ə; eɪ][ˈhəʊli] [ˈfrendʃɪp] ,

There	is	the	united	prayer	of	two	friends	,	bound	together	by	a	holy	friendship	,
那里	是	这	团结的	祷告	的	二	朋友们	，	边界	一起	经过	一个	圣	友谊	，

这是两位朋友共同的祈祷，他们因神圣的友谊而紧密相连。

[ðeə(r)] [dɪˈzaɪr] [ænd; ənd] [θɔːts] [ɑː(r); ə(r)] [wʌn] , [ænd; ənd] [æz; əz] [wʌn] [ðeɪ] [ˈprez(ə)nt] [ðəmˈselvz]

their	desires	and	thoughts	are	one	,	and	as	one	they	present	themselves
他们的	欲望	和	想法	是	一	，	和	作为	一	他们	展示	他们自己

[bɪˈfɔː(r)] [gɒd] , [ˈkraɪɪŋ] ,

before	God	,	crying	,
前	上帝	，	哭泣	，

他们的愿望和思想是一致的，他们一同来到上帝面前，呼喊着：

" [hæv; həv] [ˈmɜːsi] [əˈpɒn] [ˌem ˈiː] !

"	Have	mercy	upon	me	!
"	有	怜悯	之上	我	！

“可怜我吧！”

" [ðeə(r)] [ɪz][ðə; ði] [preə(r)] [ɒv; əv] [tuː] [hɑːts] ['sepəreɪtɪd] [baɪ] ['dɪstəns] ,
" There is the prayer of two hearts separated by distance ,
" 那里 是 这 祷告 的 二 心 分开 经过 距离 ,

“这是两颗远隔重洋的心在祈祷，

[meɪd] [æt; ət][ðə; ði] [seɪm] ['aʊə(r)][ɪn][ðə; ði] [seɪm] [wɜːdz] .
made at the same hour in the same words .
制成 在 这 相同的 小时 在 这 相同的 字 .

用同样的措辞，在同一时间写成。

['suːðɪŋ] [preə(r)] , [ðæt] [iːtʃ] [deɪ] [ˌriːjuː'nait] [ðəʊz] [tuː] [sæd] [hɑːts] [tɔːn] [baɪ][ðə; ði] ['ægəni] [ɒv; əv]
Soothing prayer , that each day reunites those two sad hearts torn by the agony of
舒缓 祷告 , 那 每个 天 重聚 那些 二 伤心 心 撕裂 经过 这 痛苦 的
['pɑːtɪŋ] ,
parting ,
离别 ,

抚慰人心的祈祷，愿每一天都能让两颗因离别之痛而破碎的悲伤心灵重聚。

[ænd; ənd] [huː] [ɪn] [gɑːdz] ['prez(ə)ns] , ['streŋθ(ə)nd] [wɪð] [ðə; ði] [seɪm] ['həʊli] ['spɪrɪt] ,
and who in God's Presence , strengthened with the same Holy Spirit ,
和 WHO 在 神的 在场 , 加强 和 这 相同的 圣 精神 ,

并且他们在神的同在中，藉着同样的圣灵得着力量，

[rɪ'kʌvə(r)] ['kʌrɪdʒ] [tuː; tə] [tred] [ðə; ði] [rəʊd] [tuː; tə] ['hev(ə)n] , [iːtʃ] [ɪn] [ɪts] [ə'pɔɪntɪd] [sfɪə(r)] .
recover courage to tread the road to heaven , each in its appointed sphere .
恢复 勇气 到 踏 这 路 到 天堂 , 每个 在 它是 任命 领域 .

重拾勇气，踏上通往天堂的道路，各司其职。

[ðen] [ðeə(r)] [ɪz] ['pʌblɪk] [preə(r)] , [ðæt] [wɪtʃ] [hæz; həz] [ðə; ði] ['speʃ(ə)l] ['prɒmɪs] [ɒv; əv] [gɑːdz] ['prez(ə)ns] ;
Then there is Public Prayer , that which has the special promise of God's Presence ;
然后 那里 是 民众 祷告 , 那 哪个 有 这 特别的 承诺 的 神的 在场 ;

还有公共祈祷，它特别有希望让上帝临在；

[preə(r)] [səʊ] ['kʌmfətɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] ['fiːb(ə)l] , ['gɪlti] [səʊl] , [huː] [kæn; kən] [kraɪ] [ɪn] ['veri] [truːθ] ,
prayer so comforting to the feeble , guilty soul , who can cry in very truth ,
祷告 所以 令人感到安慰 到 这 微弱 , 有罪的 灵魂 , WHO 能 哭 在 非常 真相 ,

祷告如此安慰软弱、愧疚的灵魂，让他们能够发自内心地哭泣。

" [maɪ] [preə(r)] [ə'sendz] [tuː; tə] [gɒd] , [sə'pɔːrtɪd] [baɪ][ðə; ði] [preə(r)z] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] .
" My prayer ascends to God , supported by the prayers of others .
" 我的 祷告 上升 到 上帝 , 有 经过 这 祈祷 的 其他的 .

“我的祈祷升腾到上帝面前，也得到了其他人的祈祷的支持。”

" [əʊ] ! [ɪf] [juː; jʊ] [njuː] [haʊ] [tuː; tə] [preɪ] , [ænd; ənd] [lʌvd] [preə(r)] ,
" Oh ! if you knew how to pray , and loved prayer ,
" 哦 ! 如果 你 知道 如何 到 祈祷 , 和 喜爱 祷告 ,

“哦！如果你懂得如何祷告，并且热爱祷告，

[haʊ] ['hæpi] [ænd; ənd] ['feɪθf(ə)l] [wʊd] [biː; bi][jɔː(r); jə(r)] [laɪf] !
how happy and faithful would be your life !
如何 快乐的 和 忠实 会 是 你的 生活 !

你的生活将会多么幸福美满！

['sætədeɪ]
Saturday
周六

周六

['ɜːnɪstnəs]
EARNESTNESS
认真

认真

[juː; jʊ] [lʌv] [gɒd] , [duː; də][juː; jʊ][nɒt] , [dɪə(r)][wʌn] , [huːm] [gɒd] [sə'raʊndz] [wɪð] [səʊ] [mʌtʃ] [ə'fekʃn] ?

You	love	God	,	do	you	not	,	dear	one	,	whom	God	surrounds	with	so	much	affection	?
你	爱	上帝	,	做	你	不是	,	亲爱的	一	,	谁	上帝	周围环境	和	所以	很多	感情	?

亲爱的，你爱上帝，对吗？上帝对你充满了爱。

[jes] , [jes] !

Yes	,	yes	!
是的	,	是的	!

是的，是的！

[ai] [lʌv] [hɪm] !

I	love	Him	!
我	爱	他	!

我爱他！

[ænd; ənd] [haʊ] [duː; də][juː; jʊ] [pruːv] [tuː; tə] [hɪm] [jɔː(r); jə(r)] [lʌv] ?

And	how	do	you	prove	to	Him	your	love	?
和	如何	做	你	证明	到	他	你的	爱	?

你如何向他证明你的爱?

[ai] [kiːp] [maɪ'self][pjʊə(r)][ænd; ənd] ['ɪnəs(ə)nt] ,

I	keep	myself	pure	and	innocent	,
我	保持	我	纯的	和	清白的	,

我保持纯洁无辜。

[səʊ] [ðæt] [hɪz; ɪz] [aɪ] ['fɔːlɪŋ] [ə'pɒn][ˌem 'iː] [meɪ] ['nevə(r)] [siː] ['eniθɪŋ] [ðæt] [dis'pliːz] [hɪm] .

so	that	His	Eye	falling	upon	me	may	never	see	anything	that	displeases	Him	.
所以	那	他的	眼睛	坠落	之上	我	可能	绝不	看	任何事物	那	不悦	他	.

这样，祂的目光落在我身上时，就不会看到任何令祂不悦的事情。

[ai] [kiːp] [maɪ'self][kɑːm][ænd; ənd]['kwaɪət] ,

I	keep	myself	calm	and	quiet	,
我	保持	我	冷静的	和	安静的	,

我努力保持冷静和安静。

[ænd; ənd] [fɔːs] [maɪ'self][tuː; tə] [smaɪl] [ðæt] [hiː; hi] [meɪ] [siː] [ai][ˌeɪ 'em] [kən'tentɪd] .

and	force	myself	to	smile	that	He	may	see	I	am	contented	.
和	力量	我	到	微笑	那	他	可能	看	我	是	满足	.

我强迫自己微笑，好让他看到我内心的满足。

[ðæt] [ɪz] [raɪt] , [bʌt; bət] [ðæt] [ɪz] [nɒt] [ɪ'nʌf] .

That	is	right	,	but	that	is	not	enough	.
那	是	正确的	,	但	那	是	不是	足够的	.

没错，但这还不够。

[ai] [θɪŋk] ['ɒf(ə)n][ɒv; əv] [haʊ] [mʌtʃ] [ai] [əʊ] [hɪm] ,

I	think	often	of	how	much	I	owe	Him	,
我	思考	经常	的	如何	很多	我	欠	他	,

我常常想到我亏欠他多少，

[ænd; ənd] [ə'plai] [maɪ'self] ['dɪlɪdʒəntli] [tuː; tə][ðə; ði] [wɜːk] [hiː; hi][hæz; həz]['gɪv(ə)n][ˌem 'iː][tuː; tə][duː; də] ;

and	apply	myself	diligently	to	the	work	He	has	given	me	to	do	;
和	申请	我	勤勉地	到	这	工作	他	有	给定	我	到	做	;

我会尽心尽力做好他交给我的工作;

[ai][beə(r)] ['peɪʃntli] [wɪð] [ðəʊz] [ai] [dɪs'laɪk] , [wɪð] ['trʌb(ə)lz] [ðæt] ['ɪrɪteɪt] [ˌem 'iː] ;

I	bear	patiently	with	those	I	dislike	,	with	troubles	that	irritate	me	;
我	熊	耐心	和	那些	我	不喜欢	,	和	麻烦	那	刺激	我	;

我能耐心忍受我不喜欢的人，忍受令我烦恼的麻烦事;

[wen] [ai][ˌeɪ 'em] [wiːk] [ai] [kɔːl] [ə'pɒn] [hɪm] , [wen] ['tɪmɪd] [ai] [drɔː] [nɪə(r)][tuː; tə] [hɪm] ,

when	I	am	weak	I	call	upon	Him	,	when	timid	I	draw	near	to	Him	,
什么时候	我	是	虚弱的	我	称呼	之上	他	,	什么时候	胆小	我	画	靠近	到	他	,

当我软弱时，我呼求祂；当我胆怯时，我亲近祂。

[wen] ['sɪnfl] [aɪ][ɪm'plɔː(r)]['pɑːd(ə)n] , [ænd; ənd] [straɪv] [tuː; tə][duː; də][maɪ]['djuːti][mɔː(r)] ['feɪθfəli] .

when	sinful	I	implore	pardon	,	and	strive	to	do	my	duty	more	faithfully	.
什么时候	罪恶的	我	恳求	赦免	,	和	努力	到	做	我的	责任	更多的	忠实	.

犯错时，我恳求宽恕，并努力更加忠实地履行我的职责。

[ðæt] [ɪz] [raɪt] , [bʌt; bət] [ðæt] [ɪz] [nɒt] [ɪ'nʌf] .

That	is	right	,	but	that	is	not	enough	.
那	是	正确的	,	但	那	是	不是	足够的	.

没错，但这还不够。

[aɪ] [lend] [maɪ'self][tuː; tə][ðə; ðɪ] [ˌɪmpɔː'tjuːnəti] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] .

I	lend	myself	to	the	importunities	of	others	.
我	借	我	到	这	纠缠	的	其他的	.

我容易屈服于他人的恳求。

[aɪ][ˌeɪ 'em][æz; əz][ə; eɪ] [sleɪv] [tuː; tə] [ðəʊz] [huː] [niːd] [ˌem 'iː] ,

I	am	as	a	slave	to	those	who	need	me	,
我	是	作为	一个	奴隶	到	那些	WHO	需要	我	,

我甘愿为那些需要我的人服务，如同奴隶一般。

[ænd; ənd] [teɪk] [keə(r)]['nevə(r)][tuː; tə] [dʒʌdʒ] ['eni] [wʌn] ['hɑːʃli] .

and	take	care	never	to	judge	any	one	harshly	.
和	拿	关心	绝不	到	法官	任何	一	严厉地	.

切记不要苛责任何人。

[ðæt] [ɪz] [raɪt] , [bʌt; bət] [stɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [nɒt] [ɪ'nʌf] .

That	is	right	,	but	still	it	is	not	enough	.
那	是	正确的	,	但	仍然	它	是	不是	足够的	.

没错，但这还不够。

[ɑː] !

Ah	!
啊	!

啊!

[ðen] [wɒt] [mɔː(r)][kæn; kən][aɪ][duː; də] , [gʊd] ['eɪndʒl] , [ðʌs] [ə'dresɪŋ] [ˌem 'iː] ,

then	what	more	can	I	do	,	good	angel	,	thus	addressing	me	,
然后	什么	更多的	能	我	做	,	好的	天使	,	因此	解决	我	,

那么，我还能做什么呢，善良的天使？你这样对我说道。

[wɒt] [kæn; kən][aɪ][duː; də][tuː; tə] [ʃəʊ] [maɪ] [lʌv] [tuː; tə][gɒd] ?

what	can	I	do	to	show	my	love	to	God	?
什么	能	我	做	到	展示	我的	爱	到	上帝	?

我该如何做才能表达我对上帝的爱?

[dɪ'vəʊt] [ðaɪ'self] [tuː; tə] ['duːɪŋ] [gʊd] [tuː; tə][ðə; ðɪ] [səʊlz] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] .

Devote	thyself	to	doing	good	to	the	souls	of	others	.
奉献	你自己	到	正在做	好的	到	这	灵魂	的	其他的	.

致力于造福他人的灵魂。

[əʊ] , [ɪf] [juː; jʊ] [njuː] [haʊ] [ˌaɪ 'tiː] [pliːz] [gɒd] [tuː; tə] [siː] [juː; jʊ] ['leɪbərɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm] !

Oh	,	if	you	knew	how	it	pleases	God	to	see	you	laboring	for	them	!
哦	,	如果	你	知道	如何	它	请	上帝	到	看	你	劳动	为了	他们	!

哦，如果你知道上帝看到你为他们辛勤劳作会有多么高兴就好了!

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [laɪk] [ðə; ðɪ][dʒɔɪ][ɒv; əv][ə; eɪ] ['mʌðə(r)] , ['evri] [taɪm] [ʃiː; ʃi] [siːz] [sʌm; səm][wʌn] [bɪ'ɛnɪfˌɪtɪŋ]

It	is	like	the	joy	of	a	mother	,	every	time	she	sees	some	one	benefiting
它	是	喜欢	这	喜悦	的	一个	母亲	,	每一个	时间	她	看到	一些	一	受益

[hɜː(r); hə(r)] [tʃaɪld] .

her	child	.
她	孩子	.

这就像一位母亲每次看到自己的孩子受到帮助时的喜悦一样。

[haʊ] ['θæŋkfl] [ʃi:; ʃi][ɪz][tu:; tə] [ðəʊz] [hu:] [nə:s] [ˌaɪ 'ti:][ɪn] ['sɪknəs] , [speəd] [ˌaɪ 'ti:][peɪn] ,

How	thankful	she	is	to	those	who	nursed	it	in	sickness	,	spared	it	pain	,
如何	感恩	她	是	到	那些	WHO	护理	它	在	疾病	,	幸存	它	疼痛	,

她多么感激那些在她生病时照顾她、让她免受痛苦的人啊！

[ʃəʊd] [ˌaɪ 'ti:][sʌm; səm]['təʊkən][ɒv; əv] [ə'fekʃn] , [ə; eɪ] ['kaʊnsl] , [ə; eɪ] ['wɔ:nɪŋ] , [ðæt] [geɪv] [ˌaɪ 'ti:]

showed	it	some	token	of	affection	,	a	counsel	,	a	warning	,	that	gave	it
显示	它	一些	令牌	的	感情	,	一个	法律顾问	,	一个	警告	,	那	给予	它

['pleʒə(r)] ,

pleasure	,
乐趣	,

向它表达了一些爱意、建议或警告，这让它感到高兴。

[baɪ][ə; eɪ][kaɪnd] [wɜ:d] , [ə; eɪ] ['pleɪθɪŋ] , [ə; eɪ] [smaɪl] !

by	a	kind	word	,	a	plaything	,	a	smile	!
经过	一个	种类	单词	,	一个	玩物	,	一个	微笑	!

一句温暖的话语，一个玩具，一个微笑！

[ɔ:l] [ðɪs] [ju:; jʊ] [meɪ] [du:; də][ɪn] [ðæt] ['sɜ:k(ə)l] , [mɔ:(r)][ɔ:(r)] [les] [ɪk'stendɪd] , [ɪn] [wɪtʃ] [ju:; jʊ][lɪv; laɪv] .

All	this	you	may	do	in	that	circle	,	more	or	less	extended	,	in	which	you	live	.
全部	这	你	可能	做	在	那	圆圈	,	更多的	或者	较少的	扩展	,	在	哪个	你	居住	.

所有这一切，你都可以在你生活或大或小的圈子里做。

[li:v] [tu:; tə] [gɑ:dz] ['mɪnɪstə(r)] , [ɪf] [ju:; jʊ] [wɪl] , [ðə; ði] [wɜ:k] [ɒv; əv] [kən'vɜ:rt] [səʊlz] ,

Leave	to	God's	minister	,	if	you	will	,	the	work	of	converting	souls	,
离开	到	神的	部长	,	如果	你	将要	,	这	工作	的	转换	灵魂	,

请把感化灵魂的工作交给上帝的使者吧。

[ænd; ənd] ['lɪmɪt] [jɔ:(r); jə(r)] ['efəts] [tu:; tə] ['du:ɪŋ] [gʊd] [baɪ] ['brɪŋɪŋ] [jɔ:'self] ['ɪntu:] [kə'mju:niən] [wɪð]

and	limit	your	efforts	to	doing	good	by	bringing	yourself	into	communion	with
和	限制	你的	努力	到	正在做	好的	经过	带来	你自己	进入	圣餐	和

[ðem; ðəm] .

them	.
他们	.

并将你的努力集中在行善上，通过与他们建立联系来实现这一点。

[tu:; tə][du:; də][səʊ] , [mi:nz] ['swi:tli] , [ʌn'kɒnʃəsli] , ['sɒftli] , [spi:k] [tu:; tə][ðem; ðəm][ɒv; əv][gɒd] ,

To	do	so	,	means	sweetly	,	unconsciously	,	softly	,	speak	to	them	of	God	,
到	做	所以	,	方法	甜蜜地	,	不知不觉	,	轻轻	,	说话	到	他们	的	上帝	,

['kæri] [ðem; ðəm][tu:; tə][gɒd] ,

carry	them	to	God	,
携带	他们	到	上帝	,

这样做，意味着温柔地、不自觉地、轻柔地向他们讲述上帝，引领他们走向上帝。

[li:d] [ðem; ðəm][tu:; tə][gɒd] .

lead	them	to	God	.
带领	他们	到	上帝	.

引导他们归向神。

[ðɪs] [meɪ] [bi:; bi] [dʌn] [baɪ]['dʒentli] , ['tendəli] — [baɪ] ['ɪnfərəns] [æz; əz][ˌaɪ 'ti:][wɜ:(r); wə(r)] — ['spi:kɪŋ]

This	may	be	done	by	gently	,	tenderly	—	by	inference	as	it	were	—	speaking
这	可能	是	完毕	经过	轻轻地	,	温柔地	—	经过	推理	作为	它	是	—	请讲

[tu:; tə][ðem; ðəm][ɒv; əv][gɒd] ,

to	them	of	God	,
到	他们	的	上帝	,

这可以通过温和、温柔的方式——或者说通过暗示的方式——向他们谈论上帝来实现。

[ðʌs] ['li:dɪŋ] [ðem; ðəm] [tə'wɔ:dz] [hɪm] , ['brɪŋɪŋ] [ðem; ðəm]['ɪntu:]['kɒntækt] [wɪð] [hɪm] .

thus	leading	them	towards	Him	,	bringing	them	into	contact	with	Him	.
因此	领导	他们	向	他	,	带来	他们	进入	接触	和	他	.

从而引导他们走向祂，使他们与祂接触。

[hɑːts] [ɑː(r); ə(r)] [drɔːn] [tə'geðə(r)] [baɪ] ['tɔːkɪŋ] [ɒv; əv][ðeə(r)] ['kɪndrəd] [pə'sjuːts] , [səʊlz] [baɪ] ['spiːkɪŋ]

Hearts	**are**	**drawn**	**together**	**by**	**talking**	**of**	**their**	**kindred**	**pursuits**	**,**	**souls**	**by**	**speaking**
红心	是	绘制	一起	经过	说	的	他们的	亲属	追求	,	灵魂	经过	请讲

[ɒv; əv] ['hev(ə)nli] [θɪŋz] .

of	**heavenly**	**things**	**.**
的	天上	事物	.

谈论共同的爱好能拉近人与人之间的距离，谈论天国的事物能使灵魂相通。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɒt] ['nesəsəri] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['pɜːpəs] [tuː; tə] [prə'naʊns] [ðə; ði] [neɪm] [ɒv; əv] [gɒd] ;

It	**is**	**not**	**necessary**	**for**	**this**	**purpose**	**to**	**pronounce**	**the**	**name**	**of**	**God**	**;**
它	是	不是	必要的	为了	这	目的	到	发音	这	姓名	的	上帝	;

为此，并不需要念诵上帝的名字；

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [sə'faɪs] [ðæt] [ðə; ði] [wɜːdz] [ʃæl; ʃəl] [lɪft] [ðə; ði] [səʊl] [bɪ'jɒnd] [ðɪs] [mə'tɪəriəl] [wɜːld] [ænd; ənd] [ɪts]

it	**will**	**suffice**	**that**	**the**	**words**	**shall**	**lift**	**the**	**soul**	**beyond**	**this**	**material**	**world**	**and**	**its**
它	将要	足够了	那	这	字	将	举起	这	灵魂	超过	这	材料	世界	和	它是

['senʃuəl] [ɪn'dʒɔɪmənt] ,

sensual	**enjoyments**	**,**
感性的	享受	,

仅仅这些文字就能使灵魂超越物质世界及其感官享乐，这就足够了。

[ænd; ənd] [reɪz] [ðem; ðəm] ['ʌpwədz] [tuː; tə] [ðæt] [ˌsuːpə'nætʃrəl; ˌsjuːpə'nætʃrəl] ['ætməsfɪə(r)] ['nesəsəri]

and	**raise**	**them**	**upwards**	**to**	**that**	**supernatural**	**atmosphere**	**necessary**
和	增加	他们	向上	到	那	超自然	气氛	必要的

[tuː; tə][ðə; ði] ['riːəl] [laɪf] .

to	**the**	**real**	**life**	**.**
到	这	真实的	生活	.

并将它们提升到现实生活所必需的那种超自然氛围中。

[spiːk] [ɒv; əv][ðə; ði] ['hæpinəs] [ɒv; əv] [dɪ'vəʊʃn] , [ðə; ði] [tʃɑːm] [ɒv; əv]['pjʊərəti] ,

Speak	**of**	**the**	**happiness**	**of**	**devotion**	**,**	**the**	**charm**	**of**	**purity**	**,**
说话	的	这	幸福	的	虔诚	,	这	魅力	的	纯度	,

谈谈奉献的幸福，谈谈纯洁的魅力，

[ðə; ði] ['blesɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði] [fjuː] ['mɪnɪts] - [ˌmedɪ'teɪʃ(ə)n] [æt; ət][ðə; ði] [fiːt] [ɒv; əv]['dʒiːzəs] ,

the	**blessing**	**of**	**the**	**few**	**minutes**	**'**	**meditation**	**at**	**the**	**feet**	**of**	**Jesus**	**,**
这	祝福	的	这	很少	分钟	-	冥想	在	这	脚	的	耶稣	,

在耶稣脚前默想几分钟所带来的祝福，

[ðə; ði] [piːs] [prə'kjʊəd] [baɪ][ɪn'taɪə(r)][ˌrezɪg'neɪʃ(ə)n][tuː; tə] ['prɒvɪdəns] ,

the	**peace**	**procured**	**by**	**entire**	**resignation**	**to**	**Providence**	**,**
这	和平	采购	经过	全部的	辞职	到	普罗维登斯	,

完全顺从天意所带来的和平

[ænd; ənd][ðə; ði] ['swiːtnəs] [ɒv; əv][ə; eɪ] [laɪf] [spent] [bɪ'niːθ] [gɑːdz] ['fɑːðəli] [aɪ] ,

and	**the**	**sweetness**	**of**	**a**	**life**	**spent**	**beneath**	**God's**	**Fatherly**	**Eye**	**,**
和	这	甜味	的	一个	生活	花费	下面	神的	父爱	眼睛	,

在上帝慈父般的目光下度过的人生是多么甜蜜，

[ðə; ði] ['kʌmfət] [ðə; ði] [θɔːt] [ɒv; əv] ['hev(ə)n] [brɪŋz] [ɪn][ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv] ['trʌb(ə)l] ,

the	**comfort**	**the**	**thought**	**of**	**heaven**	**brings**	**in**	**the**	**midst**	**of**	**trouble**	**,**
这	舒适	这	想法	的	天堂	带来	在	这	中间	的	麻烦	,

在困境中，想到天堂会带来慰藉。

[ðə; ði] [həʊp] [ɒv; əv][ðə; ði] ['miːtɪŋ] [ə'gen] [ə'bʌv] , [ðə; ði] ['sɜːt(ə)nti] [ɒv; əv] [ɪ'tɜːn(ə)l] ['hæpinəs] .

the	**hope**	**of**	**the**	**meeting**	**again**	**above**	**,**	**the**	**certainty**	**of**	**eternal**	**happiness**	**.**
这	希望	的	这	会议	再次	多于	,	这	肯定	的	永恒	幸福	.

盼望在天堂与神重逢，确信永恒的幸福。

[ðɪs] [ɪz] ['duːɪŋ] [gʊd] [tuː; tə] ['ʌðə(r)z] , ['drɔːɪŋ] [ðem; ðəm]['nɪərə(r)][tuː; tə] [gɒd] ,

This	**is**	**doing**	**good**	**to**	**others**	**,**	**drawing**	**them**	**nearer**	**to**	**God**	**,**
这	是	正在做	好的	到	其他的	,	绘画	他们	更近	到	上帝	,

这是在帮助他人，使他们更接近上帝。

[ænd; ənd] ['tiːtʃɪŋ] [ðem; ðəm][mɔː(r)][ænd; ənd][mɔː(r)][ɒv; əv] ['həʊlɪnəs] .

and	teaching	them	more	and	more	of	holiness	.
和	教学	他们	更多的	和	更多的	的	圣洁	.

并教导他们越来越多的圣洁之道。

['lɪmɪt] [jɔː(r); jə(r)] ['efəts] [tuː; tə] [ðɪs] ; ['leɪtə(r)][ɒn][aɪ] [wɪl] [tel] [juː; jʊ] [wɒt] [mɔː(r)][juː; jʊ] [meɪ] [duː; də] .

Limit	your	efforts	to	this	;	later	on	I	will	tell	you	what	more	you	may	do	.
限制	你的	努力	到	这	;	之后	在	我	将要	告诉	你	什么	更多的	你	可能	做	.

你现在只能做这些；以后我会告诉你你还可以做什么。

['sʌndeɪ]

Sunday
星期日

星期日

['sɪmpəθi]

SYMPATHY
同情

同情

['welkəm] [wɪð] [dʒɔɪ] [iːtʃ] [wiːk] [ðə; ðɪ] [deɪ] [ðæt] [gɒd] [hæz; həz] [kɔːld] [hɪz; ɪz] [deɪ] .

Welcome	with	joy	each	week	the	day	that	God	has	called	His	day	.
欢迎	和	喜悦	每个	星期	这	天	那	上帝	有	称为	他的	天	.

每周都满怀喜乐地迎接上帝所定的日子。

[tuː; tə] [iːtʃ] [deɪ] [ɒv; əv][ðə; ðɪ] [wiːk] [gɒd] [hæz; həz]['gɪv(ə)n][ɪts] ['speʃ(ə)l] ['mɪʃ(ə)n] ,

To	each	day	of	the	week	God	has	given	its	special	mission	,
到	每个	天	的	这	星期	上帝	有	给定	它是	特别的	使命	,

上帝赋予一周中的每一天特殊的使命，

[ɪts] [ʃeə(r)] [ɒv; əv] ['pleʒə(r)] [ænd; ənd][ɒv; əv][peɪn] , ['nesəsəri] [tuː; tə]['pjʊərɪfaɪ][ænd; ənd]['fɔːtɪfaɪ][ænd; ənd] [prɪ'peə(r)][ˌjuː 'es][fɔː(r); fə(r)] [ɪ'tɜːnəti] .

its	share	of	pleasure	and	of	pain	,	necessary	to	purify	and	fortify	and	prepare	us	for	eternity	.
它是	分享	的	乐趣	和	的	疼痛	,	必要的	到	净化	和	强化	和	准备	我们	为了	永恒	.

它既有快乐也有痛苦，这对于净化、强化和使我们为永恒做好准备是必要的。

[bʌt; bət] ['sʌndeɪ] [ɪz][ə; eɪ] [deɪ] [ɒv; əv] [lʌv] .

But	Sunday	is	a	day	of	Love	.
但	星期日	是	一个	天	的	爱	.

但星期天是爱的日子。

[ɒn] ['sætədeɪ] [wiː; wi] [leɪ] [ə'saɪd]['aʊə(r)] ['gɑːmənts] ['feɪdɪd][ænd; ənd] [steɪnd] [baɪ][tɔɪl] ,

On	Saturday	we	lay	aside	our	garments	faded	and	stained	by	toil	,
在	周六	我们	躺	旁边	我们的	服装	褪色	和	染色	经过	辛劳	,

星期六，我们脱下因辛勤劳作而褪色沾满污渍的衣物，

[ænd; ənd][ɒn] ['sʌndeɪ] [wiː; wi] [ə'reɪ] [ɑː'selvz] [ɪn] ['gɑːmənts] , [nɒt]['əʊnli] ['freʃə(r)] , [bʌt; bət][mɔː(r)] [tʃɔɪs] [ænd; ənd]['greɪsf(ə)l] .

and	on	Sunday	we	array	ourselves	in	garments	,	not	only	fresher	,	but	more	choice	and	graceful	.
和	在	星期日	我们	大批	我们自己	在	服装	,	不是	仅有的	更清新	,	但	更多的	选择	和	优美	.

星期天，我们穿上新衣，不仅更加清新，而且更加时尚优雅。

[waɪ] [nɒt] [prɪ'peə(r)][ðə; ðɪ] [hɑːt] , ['iːv(ə)n][æz; əz][wiː; wi][duː; də][ðə; ðɪ] ['bɒdi] ?

Why	not	prepare	the	heart	,	even	as	we	do	the	body	?
为什么	不是	准备	这	心	,	甚至	作为	我们	做	这	身体	?

为什么不也像准备身体一样准备心灵呢?

['djʊərɪŋ] [ðə; ði] [wiːk] [hæz; həz] [nɒt] [ðə; ði] [hɑːt] [biːn] ['wɪərid] [wɪð] ['peti] [straɪf] [ænd; ənd] [ˌdɪskən'tent]

During	the	week	has	not	the	heart	been	wearied	with	petty	strife	and	discontent
期间	这	星期	有	不是	这	心	到过	疲惫	和	小气	冲突	和	不满

, ['ɪntrəsts] ['mɑːd] ,

,	interests	marred	,
,	兴趣	受损	,

一周下来，难道你的心没有被琐碎的争吵和不满、利益受损所折磨吗?

['bɪtə(r)] [wɜːdz] ?

bitter	words	?
苦的	字	?

苦涩的话语?

[ðen] , [waɪ] [nɒt] [ʃeɪk] [ɒf] [ɔːl] [ðɪs] , [ðæt] ['əʊnli] [tʃɪlz] [ə'fekʃn] ?

Then	,	why	not	shake	off	all	this	,	that	only	chills	affection	?
然后	,	为什么	不是	摇	离开	全部	这	,	那	仅有的	寒意	感情	?

那么，为什么不摆脱这一切呢？这些只会让感情冷却下来。

[ɒn] [ðə; ði] ['sætədeɪ] [let] [ˌjuː 'es] [fə'gɪv] ['friːli] , [pres] [ðə; ði] [hænd] ['wɔːmli] , [ɪm'breɪs] [iːtʃ] ['ʌðə(r)] ;

On	the	Saturday	let	us	forgive	freely	,	press	the	hand	warmly	,	embrace	each	other	;
在	这	周六	让	我们	原谅	自由	,	按	这	手	热情地	,	拥抱	每个	其他	;

星期六，让我们宽恕彼此，热情握手，互相拥抱；

[ænd; ənd] [ðen] [piːs] ['biːɪŋ] [rɪ'stɔːd] [wɪ'ðɪn] , [wiː; wi] [ə'weɪt] [ðə; ði] ['mɔːroʊz] [ə'weɪkənɪŋ] .

and	then	peace	being	restored	within	,	we	await	the	morrow's	awakening	.
和	然后	和平	存在	恢复	之内	,	我们	等待	这	明天	唤醒	.

然后，当内心恢复平静后，我们便等待着明日的到来。

['sʌndeɪ] [ɪz] [gɑːdz] [deɪ] [ɒv; əv] [truːs] [fɔː(r); fə(r)] [ɔːl] .

Sunday	is	God's	day	of	truce	for	all	.
星期日	是	神的	天	的	休战	为了	全部	.

星期日是上帝赐予所有人的休战日。

[ðæt] [deɪ] , ['leɪɪŋ] [ə'saɪd] [ɔːl] [rɪ'vendʒ] [ænd; ənd] [ɪl] - ['fiːlɪŋ] , [wiː; wi] [mʌst; məst] [biː; bi] [fɪld] [wɪð]

That	day	,	laying	aside	all	revenge	and	ill	-	feeling	,	we	must	be	filled	with
那	天	,	躺下	旁边	全部	复仇	和	患病的	-	感觉	,	我们	必须	是	已填	和

[fɔː'beərəns] , [ɪn'dʌldʒəns] , [ænd; ənd] [ˌeɪmiə'bɪlətɪ] .

forbearance	,	indulgence	,	and	amiability	.
宽容	,	放纵	,	和	和蔼	.

那一天，我们必须放下一切复仇和怨恨，充满宽容、宽容和友善。

[əʊ] ! [haʊ] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] [ˌjuː 'es] [tuː; tə] [fiːl] [ə'blaɪdʒd] [tuː; tə] [biː; bi] ['rekənsaɪld] , [ænd; ənd] [iːtʃ] ['sʌndeɪ]

Oh	!	how	good	for	us	to	feel	obliged	to	be	reconciled	,	and	each	Sunday
哦	!	如何	好的	为了	我们	到	感觉	有义务	到	是	和解	,	和	每个	星期日

[riˈnjuːz] [ðə; ði] [ˌpblɪ'geɪʃ(ə)n] .

renews	the	obligation	.
更新	这	义务	.

哦！我们有义务和解，这对我们来说是多么好啊！每个星期天都会重申这种义务。

[let] [ˌjuː 'es] [liːv] [nəʊ] [taɪm] [fɔː(r); fə(r)] ['kəʊldnəs] [ænd; ənd] [ɪn'dɪfrəns] [tuː; tə] [grəʊ] [ə'pɒn] [ˌjuː 'es] . . .

Let	us	leave	no	time	for	coldness	and	indifference	to	grow	upon	us	.	.	.
让	我们	离开	不	时间	为了	寒冷	和	漠不关心	到	生长	之上	我们	.	.	.

我们绝不能让冷漠和麻木在我们心中滋生.....

[ˌaɪ 'tiː]['əʊnli] [ɪn'dʒendə] ['heɪtrɪd] , [ænd; ənd] [ðæt] [wʌns] [ɪ'stæblɪʃt] [ɪn] [ðə; ði] [hɑːt] , [əʊ] !

it	only	engenders	hatred	,	and	that	once	established	in	the	heart	,	oh	!
它	仅有的	产生	仇恨	,	和	那	一次	已确立的	在	这	心	,	哦	!

它只会滋生仇恨，而一旦仇恨在心中扎根，哦!

[haʊ] [hɑːd] [ɪz] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [kɑːst] [aʊt] [ə'gen] !

how	hard	is	it	to	cast	out	again	!
如何	难的	是	它	到	投掷	出去	再次	!

再次驱逐有多难啊!

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][laɪk][ə; eɪ] ['hɪdiəs] ['kænsə(r)] [huːz] ['rævɪdʒɪz][nəʊ] ['rɛmədiz] [kæn; kən][steɪ] .

It	is	like	a	hideous	cancer	whose	ravages	no	remedies	can	stay	.
它	是	喜欢	一个	可怕	癌症	谁	蹂躏	不	补救措施	能	停留	.

它就像一种可怕的癌症，肆虐之下，任何疗法都无法根除。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][æz; əz][ðə; ði] ['venəməs] [plɑːnt] [ðæt] [ðə; ði] ['gɑːdnə(r)] [kæn; kən]['nevə(r)] [ɪn'taɪəli] [ɪ'rædɪkeɪt] .

It	is	as	the	venomous	plant	that	the	gardener	can	never	entirely	eradicate	.
它	是	作为	这	有毒	植物	那	这	园丁	能	绝不	完全	根除	.

它就像园丁永远无法彻底根除的毒草。

['əʊnli][baɪ][ə; eɪ]['mɪrək(ə)l][kæn; kən]['heɪtrɪd][biː; bi] [dɪ'strɔɪd] .

Only	by	a	miracle	can	hatred	be	destroyed	.
仅有的	经过	一个	奇迹	能	仇恨	是	损毁	.

只有奇迹才能消除仇恨。

[æt; ət][wʌns] [ðen] [let][ˌjuː 'es] [pleɪs] [ə; eɪ]['bæriə(r)][ɪn]['aʊə(r)] [hɑːts] [ə'genst] [ðə; ði] [ə'prəʊtʃ] [ɒv; əv]

At	once	then	let	us	place	a	barrier	in	our	hearts	against	the	approach	of
在	一次	然后	让	我们	地方	一个	障碍	在	我们的	心	反对	这	方法	的

['kuːlnəs] [ɔː(r)] [ɪn'dɪfrəns] ,

coolness	or	indifference	,
凉爽	或者	漠不关心	,

所以，我们立刻要在心中筑起一道屏障，抵御冷漠和无情的侵蚀。

[ænd; ənd] [iːtʃ] ['sætədeɪ] [naɪt] [ðə; ði] [hed] [ɒv; əv][ðə; ði]['fæməli][ʃæl; ʃəl] [ðʌs] [ə'dres] [ˌjuː 'es] : "

and	each	Saturday	night	the	head	of	the	family	shall	thus	address	us	:	"
和	每个	周六	夜晚	这	头	的	这	家庭	将	因此	地址	我们	:	"

['tʃɪldrən] , [tuː; tə] - [naɪt] [wiː; wi] [fə'gɪv] ,

Children	,	to	-	night	we	forgive	,
孩子们	,	到	-	夜晚	我们	原谅	,

每个星期六晚上，一家之主都会这样对我们说："孩子们，今晚我们宽恕你们，

[tuː; tə] - [naɪt] [wiː; wi] [fə'get] , [ænd; ənd][tuː; tə] - ['mɒrəʊ] [bɪ'gɪn] [laɪf] [ə'freʃ] [ɪn] [lʌv] , [wʌn] [tə'wɔːdz]

to	-	night	we	forget	,	and	to	-	morrow	begin	life	afresh	in	love	,	one	towards
到	-	夜晚	我们	忘记	,	和	到	-	明天	开始	生活	重新	在	爱	,	一	向

[ə'nʌðə(r)] .

another	.
其他	.

今晚我们忘却一切，明天我们将在爱中重新开始生活，彼此相爱。

" [ˌaɪ 'aɪ] .

"	II	.
"	二	.

"二、

[wen] [ai][hæv; həv] [sin] , [rəʊt] [ə; eɪ] ['paɪəs] [səʊl] , [ai] [fiːl] [tʃæ'staɪzmənt] [wɪl] [fɔːl] [ə'pɒn][ˌem 'iː] ,

When	I	have	sinned	,	wrote	a	pious	soul	,	I	feel	chastisement	will	fall	upon	me	,
什么时候	我	有	罪过	,	写道	一个	虔诚的	灵魂	,	我	感觉	惩罚	将要	落下	之上	我	,

一位虔诚的信徒写道："当我犯了罪时，我感到惩罚将降临到我身上。"

[ænd; ənd][æz; əz] [ɪf] [ai][kʊd; kəd][haɪd][maɪ'self][frɒm; frəm][gɑːdz] [aɪ] .

and	as	if	I	could	hide	myself	from	God's	Eye	.
和	作为	如果	我	可以	隐藏	我	从	神的	眼睛	.

仿佛我能躲过上帝的目光。

[ai] [ʃrɪŋk] ['ɪntuː][maɪ'self] , [ænd; ənd] [ðen] [ai] [preɪ] , [ai] [preɪ] , [ænd; ənd][ðə; ði] [tʃæ'staɪzmənt] [nɒt] ['biːɪŋ]

I	shrink	into	myself	,	and	then	I	pray	,	I	pray	,	and	the	chastisement	not	being
我	收缩	进入	我	,	和	然后	我	祈祷	,	我	祈祷	,	和	这	惩罚	不是	存在

[sent] ,

sent	,
发送	,

我蜷缩在自己的世界里，然后祈祷，祈祷，但惩罚并没有降临。

[ai] [ə'gen] [ɪk'spænd] .

I	again	expand	.
我	再次	扩张	.

我再次扩展。

[tʃæ'staɪzmənt] [ɪz] [laɪk] [ə; eɪ] [stəʊn] ['θretnɪŋ] [tuː; tə] [krʌʃ] [ˌem 'iː] ;

Chastisement	is	like	a	stone	threatening	to	crush	me	;
惩罚	是	喜欢	一个	石头	威胁	到	压碎	我	;

惩罚就像一块巨石，随时可能将我压垮；

[preə(r)] [ɪz] [ðə; ði] [hænd] [ðæt] ['wið'həuld, wiθ-] [ˌaɪ 'tiː] [waɪl] [ai] [meɪk] [ə'təʊnmənt] .

Prayer	is	the	hand	that	withholds	it	while	I	make	atonement	.
祷告	是	这	手	那	扣留	它	尽管	我	制作	赎罪	.

祈祷就像一只手，在我赎罪的时候，阻止它发生。

[əʊ] ! [haʊ] [kæn; kən] [ðəʊz] [lɪv; laɪv] ['piːsfəli] [huː] ['nevə(r)] [preɪ] ?

Oh	!	how	can	those	live	peacefully	who	never	pray	?
哦	!	如何	能	那些	居住	和平地	WHO	绝不	祈祷	?

哦！那些从不祈祷的人，怎能过上平静的生活呢?

[θriː] .

III	.
三、	.

三、

['aʊə(r)] [ded]

Our	Dead
我们的	死的

我们的亡者

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [ɔːl] [ðeə(r)] — ['aʊə(r)] [ded] — ['berid] [ɪn] [ðə; ði] ['tʃɜːtʃjɑːd] , [bɪ'niːθ] [ðə; ði] [greɪv] ,

They	are	not	all	there	—	our	dead	—	buried	in	the	churchyard	,	beneath	the	grave	,
他们	是	不是	全部	那里	—	我们的	死的	—	埋葬	在	这	墓地	,	下面	这	严重	,

-	[baɪ] [ə; eɪ] [krɒs] ,
o'ershadowed	by	a	cross	,
-	经过	一个	叉	,

并非所有逝者都葬在那里——我们的亲人——他们被埋葬在教堂墓地，坟墓之下，十字架的阴影笼罩着他们。

[ænd; ənd] [raʊnd] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['rəʊzɪz] [bluːm] .

and	round	which	the	roses	bloom	.
和	圆形的	哪个	这	玫瑰	盛开	.

玫瑰花在它周围盛开。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['ʌðə(r)z] [wɪtʃ] ['nʌθɪŋ] [kæn; kən] [rɪ'kɔːl] ; [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [θɪŋz] [wɪtʃ] [bɪ'lɒŋ] [tuː; tə]

There	are	others	which	nothing	can	recall	;	they	are	things	which	belong	to
那里	是	其他的	哪个	没有什么	能	记起	;	他们	是	事物	哪个	属于	到

[ðə; ði] [hɑːt] [ə'ləʊn] ,

the	heart	alone	,
这	心	独自的	,

还有一些东西，任何事物都无法回忆；它们是只属于内心的东西。

[ænd; ənd] [ðeə(r)] [ə'læs] !

and	there	alas	!
和	那里	唉	!

唉!

[hæv; həv] [faʊnd] [ə; eɪ] [tuːm] .

have	found	a	tomb	.
有	成立	一个	墓	.

发现了一座坟墓。

[piːs] [səˈraʊndz] [ˌem ˈiː][tuː; tə] - [deɪ] ; [ænd; ənd][hɪə(r)][ɪn][maɪ][ləʊn]['tʃeɪmbə(r)][aɪ] [wɪl] [ɪnˈvəʊk] [ðem; ðəm]

Peace	surrounds	me	to	-	day	;	and	here	in	my	lone	chamber	I	will	invoke	them
和平	周围环境	我	到	-	天	;	和	这里	在	我的	孤独	房间	我	将要	调用	他们

, [maɪ] [mʌtʃ] - [lʌvd] [ded] .

,	my	much	-	loved	dead	.
,	我的	很多	-	喜爱	死的	.

今天，我周围一片宁静；在这间孤寂的房间里，我将召唤我挚爱的逝者。

[kʌm] !

Come	!
来	!

来!

[ðə; ði][fɜːst] [ðæt] ['prez(ə)nt] [ðəm'selvz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [swiːt] [j'iəz] [ɒv; əv] ['tʃaɪldhʊd] , [səʊ] [freʃ] , [səʊ]

The	first	that	present	themselves	are	the	sweet	years	of	childhood	,	so	fresh	,	so
这	第一的	那	展示	他们自己	是	这	甜的	年	的	童年	,	所以	新鲜的	,	所以

['gaɪlləs] , [səʊ] ['hæpi] .

guileless	,	so	happy	.
朴实	,	所以	快乐的	.

首先映入眼帘的是美好的童年时光，那么清新，那么纯真，那么快乐。

[ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] [meɪd] [ʌp] [ɒv; əv] ['lʌvɪŋ] [kə'res] , ['baʊntɪf(ə)l] [rɪ'wɔːdz] , [ænd; ənd] ['fɪələs]

They	were	made	up	of	loving	caresses	,	bountiful	rewards	,	and	fearless
他们	是	制成	向上	的	爱	爱抚	,	丰富	奖励	,	和	无畏

['kɒnfɪdəns] : [ðə; ði] [wɜːdz] , [peɪn] ,

confidence	:	the	words	,	pain	,
信心	:	这	字	,	疼痛	,

它们由充满爱意的抚摸、丰厚的回报和无畏的自信组成：言语、痛苦、

['deɪndʒə(r)] , [keə(r)] , [wɜː(r); wə(r)] [ˌʌn'nəʊn] ; [ðeɪ] [brɔːt] [ˌem 'iː]['sɪmp(ə)l] ['pleʒəz] , ['hæpi] [deɪz]

danger	,	care	,	were	unknown	;	they	brought	me	simple	pleasures	,	happy	days
危险	,	关心	,	是	未知	;	他们	带来	我	简单的	快乐	,	快乐的	天

[wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ] [θɔːt] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['mɒrəʊ] ,

without	a	thought	for	the	morrow	,
没有	一个	想法	为了	这	明天	,

危险和忧虑对我来说是陌生的；它们带给我简单的快乐，让我享受无忧无虑的幸福时光，不必为明天担忧。

[ænd; ənd]['əʊnli] [rɪ'kwaɪəd] [frɒm; frəm][ˌem 'iː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [ə'biːdiəns] .

and	only	required	from	me	a	little	obedience	.
和	仅有的	必需的	从	我	一个	小的	服从	.

而他只要求我稍微服从一下。

[ə'læs] !

Alas	!
唉	!

唉!

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ded] . . . [ænd; ənd] [wɒt] ['nʌmbələs] [θɪŋz] [hæv; həv] [ðeɪ] ['kærid] [wɪð] [ðem; ðəm] !

they	are	dead	.	.	.	and	what	numberless	things	have	they	carried	with	them	!
他们	是	死的	.	.	.	和	什么	无数	事物	有	他们	携带	和	他们	!

他们死了……他们带走了多少东西啊!

[wɒt] [ə; eɪ] [vɔɪd] [ðeɪ] [hæv; həv] [left] !

What	a	void	they	have	left	!
什么	一个	空白	他们	有	左边	!

他们离开后留下了多大的空缺啊!

['kændə(r)] , ['laɪt'haːtɪdnɪs] , [sɪm'plɪsəti] , [nəʊ][lɒŋgə(r)][faɪnd][ə; eɪ] [pleɪs] [wɪ'ðɪn] !

Candor	,	lightheartedness	,	simplicity	,	no	longer	find	a	place	within	!
坦率	,	轻松愉快	,	简单	,	不	更长	寻找	一个	地方	之内	!

坦诚、轻松、朴素，这些品质，如今已无容身之地!

['fæməli] [taɪz] , [səʊ] [truː] , [səʊ] [waɪd] , [səʊ] [laɪt] , [hæv; həv] [ɔːl] ['vænɪʃd] !

Family	**ties**	**,**	**so**	**true**	**,**	**so**	**wide**	**,**	**so**	**light**	**,**	**have**	**all**	**vanished**	**!**
家庭	领带	,	所以	真的	,	所以	宽的	,	所以	光	,	有	全部	消失了	!

亲情，如此真挚，如此宽广，如此轻盈，都已消失殆尽!

[ðə; ði] ['həʊmli] [hɑːθ] , [ðə; ði] ['sɪmp(ə)l] [rɪ'wɔːd] [ɜːnd] [baɪ] [ðə; ði] [deɪz] ['ɪndəstri] , [mə'tɜːn(ə)l] [tʃaɪdɪŋz]

The	**homely**	**hearth**	**,**	**the**	**simple**	**reward**	**earned**	**by**	**the**	**day's**	**industry**	**,**	**maternal**	**chidings**
这	家常的	炉	,	这	简单的	报酬	获得	经过	这	天	行业	,	母体	责备

, [fə'gɪvnəs] [səʊ] [ɪn'dʒenjuəsli] [sɔːt] ,

,	**forgiveness**	**so**	**ingenuously**	**sought**	**,**
,	饶恕	所以	巧妙地	寻求	,

温馨的炉火，辛勤劳作一天后获得的简单回报，母亲的责备，以及真诚寻求的宽恕，

[səʊ] ['friːli] ['gɪv(ə)n] , ['prɒmɪsɪz] [ɒv; əv] [ə'mendmənt] , [səʊ] [sɪn'sɪə(r)] , [səʊ] ['dʒɔɪəsli] [rɪ'siːvd] . . . .

so	**freely**	**given**	**,**	**promises**	**of**	**amendment**	**,**	**so**	**sincere**	**,**	**so**	**joyously**	**received**	**.**	**.**	**.**
所以	自由	给定	,	承诺	的	修正案	,	所以	真诚	,	所以	欣喜地	已收到	.	.	.

如此慷慨地给予，如此真诚地承诺改正，如此欣然接受.....

[ɪz] [ðɪs] [ɔːl] [gɒn] [fər'evə(r)] ?

Is	**this**	**all**	**gone**	**forever**	**?**
是	这	全部	已消失	永远	?

这一切都永远消失了吗?

[kæn; kən] [aɪ] ['nevə(r)] [rɪ'kɔːl] [ðem; ðəm] ?

can	**I**	**never**	**recall**	**them**	**?**
能	我	绝不	记起	他们	?

我永远都记不起来了?

[ðə; ði] ['vɪʒn] [ðæt] [fʻɒləʊz] [ɪz] [ðæt] [ɒv; əv] [maɪ] ['ɜːli] ['paɪəti] , ['sɪmp(ə)l] [ænd; ənd] [fʊl] [ɒv; əv] [feɪθ] ,

The	**vision**	**that**	**follows**	**is**	**that**	**of**	**my**	**early**	**piety**	**,**	**simple**	**and**	**full**	**of**	**faith**	**,**
这	想象	那	跟随	是	那	的	我的	早期的	虔诚	,	简单的	和	满的	的	信仰	,

接下来的景象是我早期虔诚的景象，简单而充满信仰。

[wɪtʃ] [wɒz; wəz] [æz; əz] [sʌm; səm] [gʊd] ['eɪndʒl] - [ˌem 'iː] [wɪð] [ɪts] ['snəʊi] [wɪŋz] , [ænd; ənd]

which	**was**	**as**	**some**	**good**	**angel**	**o'ershadowing**	**me**	**with**	**its**	**snowy**	**wings**	**,**	**and**
哪个	曾是	作为	一些	好的	天使	-	我	和	它是	下雪的	翅膀	,	和

['ʃəʊɪŋ] [ˌem 'iː] [gɒd] ['evriweə(r)] ,

showing	**me**	**God**	**everywhere**	**,**
显示	我	上帝	到处	,

那感觉就像一位善良的天使用雪白的翅膀庇佑着我，让我看到上帝无处不在。

[ɪn] [ɔːl] , [ænd; ənd] [wɪð] [ɔːl] .

in	**all**	**,**	**and**	**with**	**all**	**.**
在	全部	,	和	和	全部	.

总而言之，与所有人一起。

[ðə; ði] [gʊd] [gɒd] , [huː] [iːtʃ] [deɪ] [prə'vaɪdz] [maɪ] ['deɪli] [bred] !

The	**good**	**God**	**,**	**Who**	**each**	**day**	**provides**	**my**	**daily**	**bread**	**!**
这	好的	上帝	,	WHO	每个	天	提供	我的	日常的	面包	!

仁慈的上帝，您每天赐予我日用的饮食!

[ðə; ði] [gɒd] , [huː] [speəd] [maɪ] ['mʌðə(r)] [ɪn] ['sɪknəs] , [ænd; ənd] [rɪ'liːvd] [hɜː(r); hə(r)] [wen] [ʃiː; ʃi]

The	**God**	**,**	**Who**	**spared**	**my**	**mother**	**in**	**sickness**	**,**	**and**	**relieved**	**her**	**when**	**she**
这	上帝	,	WHO	幸存	我的	母亲	在	疾病	,	和	松了口气	她	什么时候	她

['sʌfəd] — [gɒd] ,

suffered	**—**	**God**	**,**
遭受	—	上帝	,

那位在我母亲生病时怜悯她、在她受苦时安慰她的神——神啊，

[huː] ['ʃiːldɪd] [ˌem 'iː] [frɒm; frəm] [hɑːm] [wen] [aɪ] [dɪd] [raɪt] !

Who	**shielded**	**me**	**from**	**harm**	**when**	**I**	**did**	**right**	**!**
WHO	屏蔽	我	从	伤害	什么时候	我	做过	正确的	!

当我做对事时，是谁保护我免受伤害!

[ðə; ði] [gɒd] , [huː] [siːz] [ɔːl] , [nəʊz] [ɔːl] , [ænd; ənd] [ɪz] [ɒm'nɪpətənt] , [huːm] [aɪ] [lʌvd] [wɪð] [ɔːl] [maɪ]

The	God	,	Who	sees	all	,	knows	all	,	and	is	Omnipotent	,	Whom	I	loved	with	all	my
这	上帝	,	WHO	看到	全部	,	知道	全部	,	和	是	无所不能	,	谁	我	喜爱	和	全部	我的

[hɑːt] .

heart	.
心	.

全知全能的神，我全心全意地爱着祂。

[ə'læs] ! ['feɪθf(ə)l] , ['sɪmp(ə)l]['paɪəti] , [ðaʊ] [ɑːt] [ded] ; [ɪn] ['ɪnəs(ə)ns] [ə'ləʊn] [kʊdst] [ðaʊ] [lɪv; laɪv] !

Alas	!	faithful	,	simple	piety	,	thou	art	dead	;	in	innocence	alone	couldst	thou	live	!
唉	!	忠实	,	简单的	虔诚	,	你	艺术	死的	;	在	无辜	独自的	可以	你	居住	!

唉！忠诚、纯朴的虔诚啊，你已逝去；唯有纯真才能让你永生！

[nekst] ['kɒmz] [ðə; ði] [lʌv] [ɒv; əv] [maɪ] ['ɜːliɪst] [j'iəz] .

Next	comes	the	love	of	my	earliest	years	.
下一个	来	这	爱	的	我的	最早	年	.

接下来要说的是我童年早期的爱情。

[lʌv] [ɪn] ['tʃaɪldhʊd] , [lʌv] [ɪn] [juːθ] , [səʊ] [fʊl] [ɒv; əv] [truː] , ['sɪmp(ə)l][dʒɔɪ] ,

Love	in	childhood	,	love	in	youth	,	so	full	of	true	,	simple	joy	,
爱	在	童年	,	爱	在	青年	,	所以	满的	的	真的	,	简单的	喜悦	,

童年的爱，青春的爱，充满了真挚而简单的快乐。

[ðæt] [ɪ'nɪʃɪeɪtɪd] [ˌem 'iː][ɪn][ðə; ði] [swiːt] ['pleʒə(r)] [ɒv; əv] [dɪ'vəʊʃn] ,

that	initiated	me	in	the	sweet	pleasure	of	devotion	,
那	启动	我	在	这	甜的	乐趣	的	虔诚	,

这让我体会到了奉献的甜蜜乐趣，

[ðæt] [tɔːt] [ˌem 'iː][self] - [dɪ'naɪəl][ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [gɪv] ['pleʒə(r)] , [ðæt] [dɪ'strɔɪd] [ɔːl]['egətɪz(ə)m; 'iː-] ,

that	taught	me	self	-	denial	in	order	to	give	pleasure	,	that	destroyed	all	egotism	,
那	教授	我	自己	-	拒绝	在	命令	到	给	乐趣	,	那	损毁	全部	自负	,

那教会了我为了取悦他人而克制自己，那摧毁了我所有的自私自利。

[baɪ] ['ʃəʊɪŋ] [ˌem 'iː][ðə; ði] ['hæpinəs] [ɒv; əv] ['lɪvɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] ['ʌðə(r)z] .

by	showing	me	the	happiness	of	living	for	others	.
经过	显示	我	这	幸福	的	活的	为了	其他的	.

它让我体会到为他人而活的幸福。

[lʌv] [ɒv; əv][maɪ] ['tʃaɪldhʊd] , [lʌv] [ɒv; əv][maɪ] [juːθ] , [səʊ][pjʊə(r)] , [səʊ]['həʊli] ,

Love	of	my	childhood	,	love	of	my	youth	,	so	pure	,	so	holy	,
爱	的	我的	童年	,	爱	的	我的	青年	,	所以	纯的	,	所以	圣	,

我童年的爱，我青春的爱，如此纯洁，如此神圣。

[ɒn] [wɪtʃ] [aɪ] ['ɔːlweɪz] ['rekən] [wen] [ðeɪ] [spəʊk] [tuː; tə][ˌem 'iː][ɒv; əv] ['trʌb(ə)l] , ['ləʊnlinəs] ,

on	which	I	always	reckoned	when	they	spoke	to	me	of	trouble	,	loneliness	,
在	哪个	我	总是	估计	什么时候	他们	辐	到	我	的	麻烦	,	孤独	,

每当他们跟我谈起烦恼、孤独时，我总是会想到这一点。

[dɪ'preʃn] . . . [ðaʊ] ['ɔːlsəʊ][ɑːt] [ded] .

depression	.	.	.	thou	also	art	dead	.
沮丧	.	.	.	你	还	艺术	死的	.

抑郁……你也死了。

[æn; ən] [ɪn'vɒləntri] ['kuːlnəs] , [æn; ən] [ʌn'faʊndɪd] [sə'spɪʃ(ə)n] ['nevə(r)] [klɪəd] , [æn; ən] [ɪl] - [neɪtʃəd]

An	involuntary	coolness	,	an	unfounded	suspicion	never	cleared	,	an	ill	-	natured
一个	非自愿	凉爽	,	一个	毫无根据	怀疑	绝不	已清除	,	一个	患病的	-	自然

['stɔːri] . . .

story	.	.	.
故事	.	.	.

一种不由自主的冷漠，一种始终无法消除的毫无根据的怀疑，一个恶意的故事……

[ɔːl] [ðiːz] [hæv; həv] [dɪ'strɔɪd] [ðæt] [tʃaɪld] [ɒv; əv] ['hev(ə)n] .
all these have destroyed that child of Heaven .
全部 这些 有 损毁 那 孩子 的 天堂 .

这一切都摧毁了那个天国之子。

[ai] [njuː] [ˌaɪ 'tiː][wɒz; wəz]['tendə(r)] , [ænd; ənd][ai] ['tʃerɪʃt] [ˌaɪ 'tiː] ,
I knew it was tender , and I cherished it ,
我 知道 它 曾是 投标 , 和 我 珍爱 它 ,

我知道它很温柔，我很珍惜它。

[bʌt; bət][ai][kʊd; kəd] [nɒt] [bɪ'liːv] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][biː; bi][səʊ] [freɪl] .
but I could not believe it to be so frail .
但 我 可以 不是 相信 它 到 是 所以 脆弱 .

但我简直不敢相信它竟然如此脆弱。

[ai][kʊd; kəd] [meɪk] [ə; eɪ] [lɒŋ] [lɪst][ɒv; əv][ɔːl][ðə; ði] [ded] [ɪn'ʃraɪnd] [ɪn][maɪ] [hɑːt] !
I could make a long list of all the dead enshrined in my heart !
我 可以 制作 一个 长的 列表 的 全部 这 死的 奉为圭臬 在 我的 心 !

我可以列出一长串我心中珍藏的逝者名单!

[əʊ] , [juː; jʊ] [huː] [ɑː(r); ə(r)] [stɪl] [jʌŋ] ,
Oh , you who are still young ,
哦 , 你 WHO 是 仍然 年轻的 ,

哦，你们这些还年轻的人啊!

[ə'pɒn] [huːm] [gɒd] [hæz; həz] ['lævɪʃ] [ɔːl][ðə; ði] [gɪfts] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)] [lɒst] [tuː; tə][ˌem 'iː] , — ['kændə(r)] ,
upon whom God has lavished all the gifts that are lost to me , — candor ,
之上 谁 上帝 有 慷慨的 全部 这 礼物 那 是 丢失的 到 我 , — 坦率 ,
[sɪm'plɪsəti] ,
simplicity ,
简单 ,

上帝将我所失去的一切恩赐倾注在他身上——坦诚、纯朴。

['ɪnəs(ə)ns] , [lʌv] , [dɪ'vəʊʃn] . . . [gɑːd] , [əʊ] , [gɑːd] [ðiːz] ['treʒəz] , [ænd; ənd] [ðæt] [ðeɪ] [meɪ]
innocence , love , devotion . . . guard , oh , guard these treasures , and that they may
无辜 , 爱 , 虔诚 . . . 警卫 , 哦 , 警卫 这些 宝藏 , 和 那 他们 可能
['nevə(r)][daɪ] ,
never die ,
绝不 死 ,

纯真、爱情、奉献.....守护，哦，守护这些珍宝，让它们永不消逝。

[pleɪs] [ðem; ðəm] [bɪ'niːθ] [ðə; ði] ['ʃeltə(r)] [ɒv; əv] [preə(r)] .
place them beneath the shelter of Prayer .
地方 他们 下面 这 庇护所 的 祷告 .

让他们沐浴在祷告的庇护之下。

[ˌaɪ 'viː] .
IV .
第四 .

四、

[ðə; ði] ['spɪrɪtʃuəl] [laɪf]
The Spiritual Life
这 精神 生活

精神生活

[wɒt] [ə; eɪ] [swiːt] [laɪf][ɪz] [ðæt] !
What a sweet life is that !
什么 一个 甜的 生活 是 那 !

那是多么美好的生活啊!

[ðə; ði] [meɪn'teɪnɪŋ] , ['streŋθnɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] , [hæz; həz][ə; eɪ] ['sɒf(ə)nɪŋ] ['ɪnfluəns] ; [ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz]

The	maintaining	,	strengthening	it	,	has	a	softening	influence	;	and	it	is
这	保持	,	强化	它	,	有	一个	软化	影响	;	和	它	是

[ə; eɪ]['leɪbə(r)] [ðæt] ['nevə(r)] ['wiəri] ,

a	labor	that	never	wearies	,
一个	劳动	那	绝不	疲惫	,

维护和加强它具有缓和作用；而且这是一项永无止境的工作。

['nevə(r)] [di'siːv] , [bʌt; bət] [gɪvz] [iːtʃ] [deɪ] [freʃ] [kɔːz] [fɔː(r); fə(r)][dʒɔɪ] .

never	deceives	,	but	gives	each	day	fresh	cause	for	joy	.
绝不	欺骗	,	但	给予	每个	天	新鲜的	原因	为了	喜悦	.

从不欺骗，而是每天都带来新的快乐。

[ɪn][ðə; ði] ['læŋgwɪdʒ] [ɒv; əv] [dɪ'vəʊʃn] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kɔːld] [ðə; ði][ɪn'tɪəriə(r)][laɪf] ;

In	the	language	of	devotion	,	it	is	called	the	interior	life	;
在	这	语言	的	虔诚	,	它	是	称为	这	内部的	生活	;

在宗教语言中，它被称为内心生活；

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz]['aʊə(r)] ['pɜːpəs] [tuː; tə] [pɔɪnt] [aʊt] [maɪ'njuːtli] [ɪts]['neɪtʃə(r)] , ['eksələns] , [miːnz] ,

and	it	is	our	purpose	to	point	out	minutely	its	nature	,	excellence	,	means	,
和	它	是	我们的	目的	到	观点	出去	精确到分钟	它是	自然	,	卓越	,	方法	,

[ænd; ənd] ['hɪndrənsɪz] .

and	hindrances	.
和	障碍	.

我们的目的是详细指出它的性质、优点、方法和障碍。

[let] [nəʊ][wʌn] [θɪŋk] [ðə; ði][ɪn'tɪəriə(r)][laɪf][ɪz][ˌɪnkəm'pætəb(ə)l] [wɪð] [ðə; ði][laɪf] [də'mestɪk] [ænd; ənd]['səʊʃ(ə)l] ,

Let	no	one	think	the	interior	life	is	incompatible	with	the	life	domestic	and	social	,
让	不	一	思考	这	内部的	生活	是	不相容	和	这	生活	国内的	和	社会的	,

不要让任何人认为内心生活与家庭生活和社会生活是不相容的。

[wɪtʃ] [ɪz]['ɒf(ə)n][səʊ] [ɪn'grəʊsɪŋ] ;

which	is	often	so	engrossing	;
哪个	是	经常	所以	引人入胜	;

这往往非常引人入胜；

[dʒʌst][æz; əz][ðə; ði]['ækʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði] [hɑːt] [meɪn'teɪnd] [baɪ][ðə; ði] ['kɒnstənt] [fləʊ] [ɒv; əv] [blʌd] [ɪn]

just	as	the	action	of	the	heart	maintained	by	the	constant	flow	of	blood	in
只是	作为	这	行动	的	这	心	维持	经过	这	持续的	流动	的	血	在

[nəʊ] [wei] [ə'fekts] [ðə; ði] ['aʊtwəd] ['muːvmənts] ,

no	way	affects	the	outward	movements	,
不	方式	影响	这	向外	移动	,

就像心脏的活动由血液的持续流动维持，却丝毫不影响向外的运动一样，

[səʊ][ɪz][ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [ðə; ði][laɪf][ɒv; əv][ðə; ði] [səʊl] ,

so	is	it	with	the	life	of	the	soul	,
所以	是	它	和	这	生活	的	这	灵魂	,

灵魂的生命也是如此。

[wɪtʃ] [kən'sɪsts] ['tʃiːfli] [ɪn][ðə; ði]['ækʃ(ə)n][ɒv; əv][gɑːdz]['həʊli]['spɪrɪt] [wɪ'ðɪn] , [ðæt] ['nevə(r)] ['hɪndəz] ['aʊə(r)]

which	consists	chiefly	in	the	action	of	God's	Holy	Spirit	within	,	that	never	hinders	our
哪个	由	主要	在	这	行动	的	神的	圣	精神	之内	,	那	绝不	阻碍	我们的

['səʊʃ(ə)l] ['djuːtiz] ,

social	duties	,
社会的	职责	,

这主要体现在上帝圣灵在我们里面的运行，而这从不妨碍我们的社会责任。

[bʌt; bət][ɒn][ðə; ði] ['kɒntrəri] [ɪz][ə; eɪ] [help] [tə'wɔːdz] [fʊl'fɪlɪŋ] [ðem; ðəm][mɔː(r)] ['kɑːmli] , [mɔː(r)] ['pɜːfɪktli] .

but	on	the	contrary	is	a	help	towards	fulfilling	them	more	calmly	,	more	perfectly	.
但	在	这	相反	是	一个	帮助	向	满足	他们	更多的	平静地	,	更多的	完美	.

相反，它有助于更平静、更完美地实现这些目标。

['neɪtʃə(r)][ɒv; əv][ðə; ði][ɪn'tɪəriə(r)] [laɪf]

Nature	of	the	Interior	Life
自然	的	这	内部的	生活

内在生活的本质

[ðə; ði][ɪn'tɪəriə(r)][laɪf][ɪz][æn; ən][ə'baɪdɪŋ] [sens] [ɒv; əv][gɑ:dz] ['prez(ə)ns] , [ə; eɪ] ['kɒnstənt] ['ju:niən] [wɪð] [hɪm]

The	interior	life	is	an	abiding	sense	of	God's	Presence	,	a	constant	union	with	Him
这	内部的	生活	是	一个	遵守	感觉	的	神的	在场	,	一个	持续的	联盟	和	他

.

:

.

内在生活是对上帝临在的持久感受，是与上帝持续不断的结合。

[wi:; wi] [lɜ:n] [tu:; tə] [lʊk] [ə'pɒn][ðə; ði] [hɑ:t] [æz; əz][ðə; ði]['temp(ə)l] [weə(r)] [gɒd] [dwel] , ['sʌmtaɪmz]

We	learn	to	look	upon	the	heart	as	the	temple	where	God	dwells	,	sometimes
我们	学习	到	看	之上	这	心	作为	这	寺庙	在哪里	上帝	居住地	,	有时

['glɔ:riəs] [æz; əz] [ə'bʌv] ,

glorious	as	above	,
辉煌	作为	多于	,

我们学会将人心视为上帝居住的圣殿，有时如同天上一样荣耀无比。

['sʌmtaɪmz] ['hɪd(ə)n] [æz; əz][ɪn][ðə; ði]['həʊli] ['ju:kərɪst] ; [ænd; ənd][wi:; wi][ækt] , [θɪŋk] , [spi:k] , [ænd; ənd]

sometimes	hidden	as	in	the	Holy	Eucharist	;	and	we	act	,	think	,	speak	,	and
有时	隐	作为	在	这	圣	圣餐	;	和	我们	行为	,	思考	,	说话	,	和

[fʊl'fɪl] [ɔ:l]['aʊə(r)] ['dju:tiz] ,

fulfil	all	our	duties	,
实现	全部	我们的	职责	,

有时它隐藏在圣餐中；而我们却行动、思考、说话，并履行我们所有的职责。

[æz; əz][ɪn][hɪz; ɪz] ['prez(ə)ns] .

as	in	His	Presence	.
作为	在	他的	在场	.

如同在祂面前一样。

[ɪts] [eɪm] [ɪz][tu:; tə] [ʃʌn] [sɪn] ,

Its	aim	is	to	shun	sin	,
它是	目的	是	到	回避	罪	,

它的目的是远离罪恶，

[ænd; ənd] ['kʌltɪveɪt] [ə; eɪ] [dɪ'tætʃmənt] [frɒm; frəm][ɔ:l] ['ɜ:θli] [θɪŋz] [baɪ][ə; eɪ]['spɪrɪt][ɒv; əv] ['pɒvəti] ;

and	cultivate	a	detachment	from	all	earthly	things	by	a	spirit	of	poverty	;
和	培育	一个	分离	从	全部	尘世的	事物	经过	一个	精神	的	贫困	;

并以贫穷的精神培养对一切世俗事物的超脱；

['senʃuəl] ['pleʒəz] [baɪ]['pjʊərəti][ænd; ənd] [ˌmɔ:tɪfɪ'keɪʃ(ə)n] ; [praɪd] [baɪ][hju:'mɪləti] ; [ˌdɪsɪ'peɪʃn] [baɪ]

sensual	pleasures	by	purity	and	mortification	;	pride	by	humility	;	dissipation	by
感性的	快乐	经过	纯度	和	屈辱	;	自豪	经过	谦逊	;	耗散	经过

[ˌrekə'lekʃ(ə)n] .

recollection	.
回忆	.

通过纯洁和苦行获得感官上的快乐；通过谦卑获得骄傲；通过回忆获得放纵。

[æz; əz][ə; eɪ] [ru:l] , ['pi:p(ə)l] [ɑ:(r); ə(r)] ['predʒədɪst] [ə'genst] [æn; ən][ɪn'tɪəriə(r)][laɪf] .

As	a	rule	,	people	are	prejudiced	against	an	interior	life	.
作为	一个	规则	,	人们	是	有偏见的	反对	一个	内部的	生活	.

人们通常对内省式的生活抱有偏见。

[sʌm; səm][ɑː(r); ə(r)][əˈfreɪd][ɒv; əv][ˌaɪ ˈtiː] , [ænd; ənd] [lʊk] [əˈpɒn][ˌaɪ ˈtiː][æz; əz][ə; eɪ][laɪf][ɒv; əv] [ˈbɒndɪʤ] ,

Some	are	afraid	of	it	,	and	look	upon	it	as	a	life	of	bondage	,
一些	是	害怕的	的	它	,	和	看	之上	它	作为	一个	生活	的	束缚	,

[ˈsækrɪfaɪs] ,

sacrifice	,
牺牲	,

有些人害怕它，认为它是一种奴役和牺牲的生活。

[ænd; ənd] [rɪˈstreɪnt] : [ˈʌðə(r)z] [dɪˈspaɪz] [ˌaɪ ˈtiː] , [æz; əz] [ˈnʌθɪŋ] [bʌt; bət][ə; eɪ] [ˌmʌltɪˈplɪsəti] [ɒv; əv] [ˈtraɪflɪŋ]

and	restraint	:	others	despise	it	,	as	nothing	but	a	multiplicity	of	trifling
和	克制	:	其他的	鄙视	它	,	作为	没有什么	但	一个	多重性	的	琐事

[ruːlz] ,

rules	,
规则	,

而其他人则鄙视它，认为它不过是一堆琐碎的规矩。

[ˈtendɪŋ] [ˈəʊnli][tuː; tə] [ˈnærəʊ] - [ˈmaɪndɪdnəs] [ænd; ənd] [ˈjuːsləsnəs] , [ænd; ənd][fɪt][ˈəʊnli][fɔː(r); fə(r)]

tending	only	to	narrow	-	mindedness	and	uselessness	,	and	fit	only	for
倾向于	仅有的	到	狭窄的	-	心智	和	无用性	,	和	合身	仅有的	为了

[wiːk] [maɪndz] .

weak	minds	.
虚弱的	思想	.

只会滋生狭隘和无用，只适合意志薄弱的人。

[ɪn] [ˈkɒnsɪkwəns] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ɒn][ðeə(r)] [gɑːd] [əˈgenst] [ˌaɪ ˈtiː] , [ænd; ənd] [əˈvɔɪd][ðə; ði] [bʊks] [ðæt]

In	consequence	they	are	on	their	guard	against	it	,	and	avoid	the	books	that
在	结果	他们	是	在	他们的	警卫	反对	它	,	和	避免	这	图书	那

[triːt] [ɒv; əv][ˌaɪ ˈtiː] .

treat	of	it	.
对待	的	它	.

因此，他们对此类书籍保持警惕，并避免阅读涉及此类书籍的内容。

[ðeɪ] [wʊd] [sɜːv] [gɒd][nəʊ] [daʊt] ,

They	would	serve	God	no	doubt	,
他们	会	服务	上帝	不	怀疑	,

他们无疑会侍奉上帝。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [wɪl] [nɒt]['sʌbʤɪkt] [ðəm'selvz] [tuː; tə][ðə; ði][ɪn'taɪə(r)] ['gaɪd(ə)ns] [ɒv; əv][hɪz; ɪz]['spɪrɪt] ; [ɪn]

but	they	will	not	subject	themselves	to	the	entire	guidance	of	His	Spirit	;	in
但	他们	将要	不是	主题	他们自己	到	这	全部的	指导	的	他的	精神	;	在

[ʃɔːt] ,

short	,
短的	,

但他们不愿完全顺服圣灵的引导；简而言之，

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][fɑː(r)] ['iːzɪə] [tuː; tə] [brɪŋ] [ə; eɪ][səʊl][frɒm; frəm][ə; eɪ] [steɪt] [ɒv; əv][sɪn][tuː; tə] [ðæt] [ɒv; əv] [greɪs] ,

it	is	far	easier	to	bring	a	soul	from	a	state	of	sin	to	that	of	grace	,
它	是	远的	更轻松	到	带来	一个	灵魂	从	一个	状态	的	罪	到	那	的	优雅	,

将一个灵魂从罪恶的状态带向恩典的状态要容易得多。

[ðæn; ðən][ˌaɪ ˈtiː][ɪz][tuː; tə] [liːd] [ə; eɪ] ['bɪzi] , ['æktɪv] , ['zeləs] ['pɜːs(ə)n][tuː; tə][ðə; ði]['hɪd(ə)n] ,

than	it	is	to	lead	a	busy	,	active	,	zealous	person	to	the	hidden	,
比	它	是	到	带领	一个	忙碌的	,	积极的	,	热心	人	到	这	隐	,

比带领一个忙碌、积极、热情的人去寻找隐藏的东西要难得多，

[kənˈtemplətɪv] [laɪf][ɒv; əv][ðə; ði][səʊl] .

contemplative	life	of	the	soul	.
沉思的	生活	的	这	灵魂	.

灵魂的沉思生活。

['eksələns] [ɒv; əv][ðə; ði][ɪn'tɪəriə(r)] [laɪf]

Excellence	of	the	Interior	Life
卓越	的	这	内部的	生活

内在生活的卓越

[gɒd] ['dwelɪŋ] [wɪ'ðɪn] [ˌjuː 'es] , [ðə; ði][laɪf][ɒv; əv] [kraɪst] [hɪm'self] , [wen] [ɒn] [ɜːθ] ,

God	dwelling	within	us	,	the	life	of	Christ	Himself	,	when	on	earth	,
上帝	住宅	之内	我们	,	这	生活	的	基督	他本人	,	什么时候	在	地球	,

神住在我们里面，基督在世时的生命就是如此。

['lɪvɪŋ] ['ɔːlweɪz] [ɪn][hɪz; ɪz] ['fɑː.ðərz] ['prez(ə)ns] .

living	always	in	His	Father's	Presence	.
活的	总是	在	他的	父亲的	在场	.

永远活在天父的同在之中。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði][laɪf][ɒv; əv] [wɪtʃ] [es] . [pɔːl] [spiːks] [wen] [hiː; hi] [sez] , " [ˌnevəðə'les] [aɪ][lɪv; laɪv] ;

It	is	the	life	of	which	S	.	Paul	speaks	when	he	says	,	"	nevertheless	I	live	;
它	是	这	生活	的	哪个	S	.	保罗	说话	什么时候	他	说道	,	"	尽管如此	我	居住	;

这就是圣保罗所说的生活，他说：“然而我活着；

[jet] [nɒt][aɪ] , [bʌt; bət] [kraɪst] ['lɪvəθ] [ɪn][ˌem 'iː] .

yet	not	I	,	but	Christ	liveth	in	me	.
然而	不是	我	,	但	基督	活着	在	我	.

然而，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着。

" [ɔːl] [seɪnts] [mʌst; məst] [liːd] [ðɪs] [laɪf] ,

"	All	saints	must	lead	this	life	,
"	全部	圣徒	必须	带领	这	生活	,

所有圣徒都必须过这样的生活，

[ænd; ənd][ðeə(r)] [dɪ'griː] [ɒv; əv] ['həʊlɪnəs] [ɪz][ɪn] [prə'pɔːʃ(ə)n] [tuː; tə][ðə; ði] [pə'fekʃ(ə)n] [ɒv; əv][ðeə(r)]['juːniən] [wɪð] [gɒd] .

and	their	degree	of	holiness	is	in	proportion	to	the	perfection	of	their	union	with	God	.
和	他们的	程度	的	圣洁	是	在	部分	到	这	完美	的	他们的	联盟	和	上帝	.

他们的圣洁程度与他们和上帝结合的完美程度成正比。

[kraɪst] ['ænɪmeɪt] [ðeə(r)] [səʊlz] , ['iːv(ə)n][æz; əz][ðə; ði] [səʊl] ['ænɪmeɪt] [ðə; ði] ['bɒdi] .

Christ	animates	their	souls	,	even	as	the	soul	animates	the	body	.
基督	动画	他们的	灵魂	,	甚至	作为	这	灵魂	动画	这	身体	.

基督赋予他们的灵魂以生命，正如灵魂赋予身体以生命一样。

[ðeɪ] [əʊn] [kraɪst] [æz; əz]['mɑːstə(r)] , ['kaʊnsələ(r)] , [ænd; ənd] [gaɪd] ; [ænd; ənd] ['nʌθɪŋ] [ɪz] [dʌn] [wɪ'ðaʊt] [səb'mɪtɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [hɪm] ,

They	own	Christ	as	Master	,	Counsellor	,	and	Guide	;	and	nothing	is	done	without	submitting	it	to	Him	,
他们	自己的	基督	作为	掌握	,	顾问	,	和	指导	;	和	没有什么	是	完毕	没有	提交	它	到	他	,

他们承认基督是他们的主人、顾问和向导；凡事都要顺服于他。

[ænd; ənd] [ɪm'plɔːrɪŋ] [hɪz; ɪz][eɪd][ænd; ənd][ə'pruːv(ə)l] .

and	imploring	His	aid	and	approval	.
和	恳求	他的	援助	和	赞同	.

并恳求他的帮助和认可。

[kraɪst] [ɪz][ðeə(r)] [streŋθ] , [ðeə(r)]['refjuːdʒ] , [ðeə(r)][dɪ'fendə(r)] .

Christ	is	their	strength	,	their	refuge	,	their	defender	.
基督	是	他们的	力量	,	他们的	避难所	,	他们的	防守队员	.

基督是他们的力量，他们的避难所，他们的捍卫者。

[ðeɪ] [lɪv; laɪv][ɪn] ['kɒnstənt] [dɪ'pendəns] [ə'pɒn] [hɪm] , [æz; əz][ðeə(r)]['fɑːðə(r)] , [prə'tektə(r)] , [ænd; ənd][ɔːl] -
They **live** **in** **constant** **dependence** **upon** **Him** **,** **as** **their** **Father** **,** **Protector** **,** **and** **all** **-**
他们 居住 在 持续的 依赖性 之上 他 , 作为 他们的 父亲 , 保护者 , 和 全部 -
['paʊəf(ə)l] [kɪŋ] .
powerful **King** **.**
强大的 国王 .

他们时刻依赖祂，视祂为他们的父亲、保护者和全能的君王。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [drɔːn] [tuː; tə] [hɪm] , [æz; əz][ðə; ði][tʃaɪld] [ɪz] [drɔːn] [baɪ] [lʌv] , [ðə; ði][pɔː(r); pʊə(r)][baɪ] [niːd]
They **are** **drawn** **to** **Him** **,** **as** **the** **child** **is** **drawn** **by** **love** **,** **the** **poor** **by** **need**
他们 是 绘制 到 他 , 作为 这 孩子 是 绘制 经过 爱 , 这 贫穷的 经过 需要
.
:
.

他们被他吸引，就像孩子被爱吸引，穷人被需要吸引一样。

[ðeɪ] [let] [ðəm'selvz] [biː; bi] ['gaɪdɪd] [baɪ] [hɪm] ,
They **let** **themselves** **be** **guided** **by** **Him** **,**
他们 让 他们自己 是 引导 经过 他 ,

他们让自己接受他的指引，

[æz; əz][ðə; ði][blaɪnd][let] [ðəm'selvz] [biː; bi][led][baɪ][ðə; ði][tʃaɪld][ɪn] [huːm] [ðeɪ] [kən'faɪd] ;
as **the** **blind** **let** **themselves** **be** **led** **by** **the** **child** **in** **whom** **they** **confide** **;**
作为 这 瞎的 让 他们自己 是 引领 经过 这 孩子 在 谁 他们 信任 ;

就像盲人任由他们信任的孩子引领一样；

[ðeɪ] [beə(r)][ɔːl] ['sʌfərɪŋ] [ðæt] ['kɒmz] [frɒm; frəm][hɪm] , [æz; əz][ðə; ði] [sɪk] , [ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə][biː; bi]
they **bear** **all** **suffering** **that** **comes** **from** **Him** **,** **as** **the** **sick** **,** **in** **order** **to** **be**
他们 熊 全部 痛苦 那 来 从 他 , 作为 这 生病的 , 在 命令 到 是
[hiːld] ,
healed **,**
已治愈 ,

他们像病人一样承受来自祂的一切苦难，为的是得到医治。

[beə(r)] ['sʌfərɪŋ] [æt; ət][ðə; ði][hændz][ɒv; əv][ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] ; [ænd; ənd] [ðeɪ] [liːn] [ɒn] [hɪm] ,
bear **suffering** **at** **the** **hands** **of** **a** **physician** **;** **and** **they** **lean** **on** **Him** **,**
熊 痛苦 在 这 双手 的 一个 医生 ; 和 他们 倾斜 在 他 ,

他们忍受着医生的折磨；他们依靠着他，

[æz; əz][ðə; ði][tʃaɪld] [liːnz] [ɒn][ɪts] ['mʌðərz] [brest] .
as **the** **child** **leans** **on** **its** **mother's** **breast** **.**
作为 这 孩子 倾斜 在 它是 母亲的 胸部 .

孩子依偎在母亲的胸前。

[ˌaɪ 'tiː][lɪfts][ðem; ðəm] [ə'bʌv] [ðə; ði] ['trʌb(ə)lz] [ænd; ənd] ['mɪzəriz] [ɒv; əv][laɪf] ;
It **lifts** **them** **above** **the** **troubles** **and** **miseries** **of** **life** **;**
它 电梯 他们 多于 这 麻烦 和 苦难 的 生活 ;

它使他们摆脱生活中的烦恼和痛苦；

[ðə; ði] [həʊl] [wɜːld] [meɪ] [siːm] [ə; eɪ] [preɪ] [tuː; tə] [kə'læmitiz] ; [ðəm'selvz] ,
the **whole** **world** **may** **seem** **a** **prey** **to** **calamities** **;** **themselves** **,**
这 所有的 世界 可能 似乎 一个 猎物 到 灾难 ; 他们自己 ,

整个世界似乎都难逃灾难；他们自己，

[dɪ'praɪvd] [ɒv; əv][ðeə(r)] [gʊdz] [θruː] [ɪn'dʒʌstɪs][ɔː(r)]['æksɪdənt] ; [ðeɪ] [luːz] [ðeə(r)] [rɪ'leɪʃ(ə)nz] [θruː]
deprived **of** **their** **goods** **through** **injustice** **or** **accident** **;** **they** **lose** **their** **relations** **through**
被剥夺的 的 他们的 商品 通过 不公正 或者 事故 ; 他们 失去 他们的 关系 通过
[deθ] ,
death **,**
死亡 ,

因不公正或意外事故而失去财产；因死亡而失去亲人。

[ðeə(r)] [frendz] [θruː] ['tretʃəri] [ɔː(r)] [fə'getflnəs] , [ðeə(r)][ˌrepju'teɪʃ(ə)n][ænd; ənd] ['ɒnə(r)] [frɒm; frəm]

their	friends	through	treachery	or	forgetfulness	,	their	reputation	and	honor	from
他们的	朋友们	通过	背信弃义	或者	健忘	,	他们的	名声	和	荣誉	从

['slɑːndə(r)] ,

slander	,
诽谤	,

他们的朋友因背叛或遗忘而失去他们，他们的名誉和荣誉因诽谤而受损。

[ə; eɪ] ['sɪəriəs] ['ɪlnəs] [di'praiv] [ðem; ðəm][ɒv; əv] [helθ] , [ðeə(r)] ['hæpinəs] [ɪz] [dɪ'strɔɪd] [baɪ] ['hɑːdnəs]

a	serious	illness	deprives	them	of	health	,	their	happiness	is	destroyed	by	hardness
一个	严肃的	疾病	剥夺	他们	的	健康	,	他们的	幸福	是	损毁	经过	硬度

[ænd; ənd] [temp'teiʃənz] . . . .

and	temptations	.	.	.
和	诱惑	.	.	.

一场重病夺走了他们的健康，残酷和诱惑摧毁了他们的幸福.....

[ɑː] !

Ah	!
啊	!

啊!

[nəʊ] [daʊt] , [ðeɪ] [wɪl] [hæv; həv] [ðiːz] ['traɪəlz] , [nəʊ] [daʊt] [ðeɪ] [mʌst; məst] [ʃed] ['bɪtə(r)] [tɪəz] ,

no	doubt	,	they	will	have	these	trials	,	no	doubt	they	must	shed	bitter	tears	,
不	怀疑	,	他们	将要	有	这些	试验	,	不	怀疑	他们	必须	棚	苦的	眼泪	,

毫无疑问，他们会经历这些磨难，毫无疑问，他们会流下痛苦的泪水。

[bʌt; bət] [stɪl] [gɑːdz] [piːs] [wɪl] [rɪ'meɪn] [tuː; tə][ðem; ðəm] , [ðə; ði] [piːs] [ðæt] ['pæsəθ] [ɔːl]

but	still	God's	peace	will	remain	to	them	,	the	peace	that	passeth	all
但	仍然	神的	和平	将要	保持	到	他们	,	这	和平	那	经过	全部

[ˌʌndə'stændɪŋ] ;

understanding	;
理解	;

但上帝所赐的平安仍必与他们同在，这平安出人意外；

[ðeɪ] [wɪl] ['riːəlaɪz] [gɒd] [hæz; həz] ['ɔːdəd] [ˌaɪ 'tiː] , ['gaɪdɪd] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [hɪz; ɪz] [hænd] [dɪ'vaɪn] ,

they	will	realize	God	has	ordered	it	,	guided	it	with	His	Hand	Divine	,
他们	将要	意识到	上帝	有	订购	它	,	引导	它	和	他的	手	神圣的	,

他们终将意识到这是上帝的旨意，是上帝用祂神圣之手指引的。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [wɪl] [biː; bi]['eɪb(ə)l][tuː; tə][ɪk'skleɪm] [wɪð] [dʒɔɪ] , " [ðaʊ] [ɑːt] [left] [tuː; tə][ˌjuː 'es] ,

and	they	will	be	able	to	exclaim	with	joy	,	"	Thou	art	left	to	us	,
和	他们	将要	是	有能力的	到	惊叹	和	喜悦	,	"	你	艺术	左边	到	我们	,

他们将能够欢欣雀跃地喊道：“你留给了我们，

[ænd; ənd] [ðaʊ] [ɑːt] [ɔːl] - [sə'fɪʃ(ə)nt] !

and	Thou	art	all	-	sufficient	!
和	你	艺术	全部	-	充足的	!

你是全能的!

" [ækts] [ɒv; əv][ðə; ði][ɪn'tɪəriə(r)] Life1 .

"	Acts	of	the	Interior	Life1	.
"	使徒行传	的	这	内部的	Life1	.

《内在生活的行为》1.

[siː] [gɒd] , [ðæt] [ɪz][tuː; tə] [seɪ] , [biː; bi] ['ɔːlweɪz] ['rɪələɪzɪŋ; 'riːəlaɪzɪŋ][hɪz; ɪz] ['prez(ə)ns] , ['fiːlɪŋ] [hɪm] [nɪə(r)] ,

See	God	,	that	is	to	say	,	be	always	realizing	His	Presence	,	feeling	Him	near	,
看	上帝	,	那	是	到	说	,	是	总是	意识到	他的	在场	,	感觉	他	靠近	,

也就是说，要时刻意识到上帝的存在，感受到祂的临近。

[æz; əz][ðə; ði] [frend] [frɒm; frəm] [huːm] [wiː; wi] [wʊd] ['nevə(r)][biː; bi] ['sepəreɪtɪd] , [ɪn] [wɜːk] , [ɪn] [preə(r)] ,

as	the	friend	from	Whom	we	would	never	be	separated	,	in	work	,	in	prayer	,
作为	这	朋友	从	谁	我们	会	绝不	是	分开	,	在	工作	,	在	祷告	,

[ɪn][ˌriːkri'eɪʃn; ˌrekri'eɪʃən] ,

in	recreation	,
在	娱乐	,

就像一位朋友，无论在工作、祈祷还是娱乐中，我们永远不会分开。

[ɪn] [rɪ'pəʊz] .

in	repose	.
在	休息	.

处于静止状态。

[gɒd] [ɪz] [nɒt] [ɪm'pɔːtʃənət] , [hiː; hi]['nevə(r)] ['wiəri] , [hiː; hi][ɪz][səʊ] ['greɪʃəs] [ænd; ənd]['mɜːsɪf(ə)l] , [hɪz; ɪz]

God	is	not	importunate	,	He	never	wearies	,	He	is	so	gracious	and	merciful	,	His
上帝	是	不是	纠缠不休	,	他	绝不	疲惫	,	他	是	所以	亲切	和	仁慈	,	他的

[hænd][də'rekts; daɪ'rekts] ['evriθɪŋ] ,

Hand	directs	everything	,
手	导演	一切	,

上帝并不纠缠不休，祂从不疲倦，祂如此仁慈怜悯，祂的手掌管一切。

[ænd; ənd][hiː; hi] [wɪl] [nɒt] " ['sʌfə(r)] [ˌjuː 'es][tuː; tə][biː; bi] ['temptɪd] [ə'bʌv] [ðæt] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)]['eɪb(ə)l] .

and	He	will	not	"	suffer	us	to	be	tempted	above	that	we	are	able	.
和	他	将要	不是	"	遭受	我们	到	是	受诱惑	多于	那	我们	是	有能力的	.

祂不会让我们受试探超过我们所能受的。

" [ˌtuː'tuː] . ['lɪs(ə)n] [tuː; tə] [gɒd] : [biː; bi] [ə'tentɪv] [tuː; tə][hɪz; ɪz] ['kaunsəl] , [hɪz; ɪz] ['wɔːnɪŋz] ;

"	2	.	Listen	to	God	:	be	attentive	to	His	counsels	,	His	warnings	;
"	2	.	听	到	上帝	:	是	细心	到	他的	律师	,	他的	警告	;

2. 听从上帝的劝告和警告；

[wiː; wi][hɪə(r)][hɪz; ɪz] [vɔɪs] [ɪn] [ðəʊz] ['gɒsp(ə)l] [wɜːdz] [ðæt] [rɪ'kɜː(r)][tuː; tə]['aʊə(r)][maɪndz] ,

we	hear	His	Voice	in	those	Gospel	words	that	recur	to	our	minds	,
我们	听到	他的	嗓音	在	那些	福音	字	那	复发	到	我们的	思想	,

我们在那些反复出现在我们脑海中的福音话语中听到祂的声音，

[ɪn][ðə; ði] [gʊd] [θɔːts] [ðæt] ['sʌd(ə)nli] [dɔːn] [ɒn][ˌjuː 'es] ,

in	the	good	thoughts	that	suddenly	dawn	on	us	,
在	这	好的	想法	那	突然	黎明	在	我们	,

在那些突然涌上心头的美好念头中，

[ðə; ði] [dɪ'vaʊt] [wɜːdz] [ðæt] [miːt] [ˌjuː 'es][ɪn][sʌm; səm] [bʊk] , [ɒn][ə; eɪ] [ʃiːt] [ɒv; əv]['peɪpə(r)] ,

the	devout	words	that	meet	us	in	some	book	,	on	a	sheet	of	paper	,
这	虔诚的	字	那	见面	我们	在	一些	书	,	在	一个	床单	的	纸	,

我们在书本上、纸上看到的那些虔诚的话语，

[ɔː(r)] ['fɔːlɪŋ] [frɒm; frəm][ðə; ði][lɪps][ɒv; əv][ə; eɪ] ['priːtʃə(r)] , [ə; eɪ] [frend] , [ɔː(r)]['iːv(ə)n][ə; eɪ]['streɪndʒə(r)] .

or	falling	from	the	lips	of	a	preacher	,	a	friend	,	or	even	a	stranger	.
或者	坠落	从	这	嘴唇	的	一个	牧师	,	一个	朋友	,	或者	甚至	一个	陌生人	.

或者从牧师、朋友甚至陌生人的口中说出。

[θriː] . [spiːk] [tuː; tə] [gɒd] : [həʊld] [kən'vɜːs] [wɪð] [hɪm] , [mɔː(r)] [wɪð] [ðə; ði] [hɑːt] [ðæn; ðən][ðə; ði][lɪps] ,

3	.	Speak	to	God	:	hold	converse	with	Him	,	more	with	the	heart	than	the	lips	,
3	.	说话	到	上帝	:	抓住	交谈	和	他	,	更多的	和	这	心	比	这	嘴唇	,

3. 与神交谈：与祂交谈，多用心，少用嘴。

[ɪn][ðə; ði] ['ɜːli] ['mɔːrnɪŋz] [ˌmedɪ'teɪʃ(ə)n] , [ɪ'dʒækjʊlətəri] [preə(r)] , ['vəʊk(ə)l] [preə(r)] , [ænd; ənd] [ə'bʌv] [ɔːl][ɪn]

in	the	early	morning's	meditation	,	ejaculatory	prayer	,	vocal	prayer	,	and	above	all	in
在	这	早期的	早晨	冥想	,	射精	祷告	,	声乐	祷告	,	和	多于	全部	在

['həʊli] [kə'mjuːniən] . [fɔːr] .

Holy	Communion	.	4	.
圣	圣餐	.	4	.

在清晨的冥想、射精祈祷、口祷中，尤其是在圣餐礼中。4.

[lʌv] [gɒd] : [biː; bi] [dɪ'vəʊtɪd] [tuː; tə] [hɪm] , [ænd; ənd] [hɪm] [ə'ləʊn] ; [hæv; həv] [nəʊ] [ə'fekʃn] [ə'pɑːt]

Love	God	:	be	devoted	to	Him	,	and	Him	alone	;	have	no	affection	apart
爱	上帝	:	是	奉献	到	他	,	和	他	独自的	;	有	不	感情	除

[frɒm; frəm] [hɪm] ;

from	Him	;
从	他	;

爱上帝：全心全意爱他，只爱他；除了他以外，不要有任何感情；

[rɪ'streɪn] [ðə; ði] [lʌv] [ðæt] [wʊd] [ɪ'streɪndʒ] [juː 'es] [frɒm; frəm] [hɪm] ; [lend] [ɑː'selvz] [tuː; tə] [ɔːl] ,

restrain	the	love	that	would	estrange	us	from	Him	;	lend	ourselves	to	all	,
抑制	这	爱	那	会	离间	我们	从	他	;	借	我们自己	到	全部	,

克制那会使我们与祂疏远的爱；要乐于助人，接纳所有人。

[aʊt] [ɒv; əv] [lʌv] [tuː; tə] [hɪm] , [bʌt; bət] [gɪv] [ɑː'selvz] [tuː; tə] [hɪm] [ə'ləʊn] . [faɪv] .

out	of	love	to	Him	,	but	give	ourselves	to	Him	alone	.	5	.
出去	的	爱	到	他	,	但	给	我们自己	到	他	独自的	.	5	.

出于对他的爱，但要将自己完全献给他。5.

[θɪŋk] [ɒv; əv] [gɒd] : [rɪ'dʒekt] [wɒt'evə(r)] [ɪk'skluːdz] [ðə; ði] [θɔːt] [ɒv; əv] [hɪm] .

Think	of	God	:	reject	whatever	excludes	the	thought	of	Him	.
思考	的	上帝	:	拒绝	任何	不包括	这	想法	的	他	.

要思想上帝：摒弃一切排除对祂的思考。

[ɒv; əv] [kɔːs] , [wiː; wi] [mʌst; məst] [fʊl'fɪl] ['aʊə(r)] ['deɪli] ['djuːtiz] ,

Of	course	,	we	must	fulfil	our	daily	duties	,
的	课程	,	我们	必须	实现	我们的	日常的	职责	,

当然，我们必须履行日常职责。

[ək'ɒmplɪʃɪŋ] [ðem; ðəm] [wɪð] [ɔːl] [ðə; ði] [pə'fekʃ(ə)n] [ɒv; əv] [wɪtʃ] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] ['keɪpəb(ə)l] ;

accomplishing	them	with	all	the	perfection	of	which	we	are	capable	;
完成	他们	和	全部	这	完美	的	哪个	我们	是	有能力的	;

尽我们所能做到尽善尽美；

[bʌt; bət] [ðeɪ] [mʌst; məst] [biː; bi] [dʌn] [æz; əz] [bɪ'niːθ] [ðə; ði] [aɪ] [ɒv; əv] [gɒd] ,

but	they	must	be	done	as	beneath	the	Eye	of	God	,
但	他们	必须	是	完毕	作为	下面	这	眼睛	的	上帝	,

但这些事必须在上帝的注视下进行。

[wɪð] [ðə; ði] [θɔːt] [ðæt] [gɒd] [hæz; həz] [kə'mɑːnd] [ðem; ðəm] ,

with	the	thought	that	God	has	commanded	them	,
和	这	想法	那	上帝	有	命令	他们	,

他们认为这是上帝的命令。

[ænd; ənd] [ðæt] [tuː; tə] [duː; də] [ðem; ðəm] ['keəfəli] [ɪz] ['pliːzɪŋ] [ɪn] [hɪz; ɪz] [saɪt] .

and	that	to	do	them	carefully	is	pleasing	in	His	sight	.
和	那	到	做	他们	小心	是	令人愉悦	在	他的	视线	.

认真做好这些事，祂会喜悦的。

[miːnz] [baɪ] [wɪtʃ] [tuː; tə] [ə'teɪn] [ðə; ði] [ɪn'tɪəriə(r)] Life1 .

Means	by	which	to	Attain	the	Interior	Life1	.
方法	经过	哪个	到	达到	这	内部的	Life1	.

获得内在生命的方法1.

[greɪt] ['tendənəs] [ɒv; əv] ['kɒnʃəns] , [sɪ'kjʊəd] [baɪ] ['kɒnstənt] , ['regjələ(r)] , [ænd; ənd] ['ɜːnɪst]

Great	tenderness	of	Conscience	,	secured	by	constant	,	regular	,	and	earnest
伟大的	压痛	的	良心	,	安全	经过	持续的	,	常规的	,	和	认真

[kən'feʃ(ə)n] [tuː; tə] [gɒd] ,

confession	to	God	,
忏悔	到	上帝	,

极度谦卑的良心，是通过不断、规律和真诚地向神忏悔而获得的。

[ə; eɪ] ['heɪtrɪd] [ɒv; əv] [ɔːl] [sɪn] , [ˌɪmpə'fekʃn] , [ˌɪnfɪ'deləti] , [baɪ] ['kɑːmli] [bʌt; bət] ['rezəluːtli] ['fliːɪŋ] ['evri]

a	hatred	of	all	sin	,	imperfection	,	infidelity	,	by	calmly	but	resolutely	fleeing	every
一个	仇恨	的	全部	罪	,	缺陷	,	不忠	,	经过	平静地	但	坚决地	逃离	每一个

[ə'keɪʒ(ə)n] [ɒv; əv] [ˌaɪ 'tiː] . [ˌtuː'tuː] .

occasion	of	it	.	2	.
场合	的	它	.	2	.

1. 憎恨一切罪恶、不完美和不忠，冷静而坚定地逃避一切与之相关的场合。

[greɪt] ['pjʊərəti] [ɒv; əv] [hɑːt] , [baɪ] [dɪ'tætʃmənt] [frɒm; frəm] [ɔːl] ['ɜːθli] [θɪŋz] , — [welθ] , ['lʌkʃəriz] ,

Great	purity	of	heart	,	by	detachment	from	all	earthly	things	,	—	wealth	,	luxuries	,
伟大的	纯度	的	心	,	经过	分离	从	全部	尘世的	事物	,	—	财富	,	奢侈品	,

[feɪm] , ['kɪndrəd] , [frendz] ,

fame	,	kindred	,	friends	,
名声	,	亲属	,	朋友们	,

心灵纯净，超脱一切世俗之物——财富、奢华、名誉、亲属、朋友。

[teɪsts] , ['iːv(ə)n] [laɪf] [ɪt'self] . . .

tastes	,	even	life	itself	.	.	.
口味	,	甚至	生活	本身	.	.	.

品味，甚至生活本身.....

[nɒt] [ðæt] [wiː; wi] [niːd] [feɪl] [ɪn] [lʌv] [tuː; tə] ['aʊə(r)] ['kɪndrəd] [ænd; ənd] [frendz] ,

not	that	we	need	fail	in	love	to	our	kindred	and	friends	,
不是	那	我们	需要	失败	在	爱	到	我们的	亲属	和	朋友们	,

这并不是说我们对亲人和朋友的爱就一定要失败，

[bʌt; bət] [wiː; wi] [mʌst; məst] ['əʊnli] [let] [ðə; ði] [θɔːt] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] [ə'baɪd] [ɪn] [ðə; ði] [hɑːt] [æz; əz] [juː'naɪtɪd]

but	we	must	only	let	the	thought	of	them	abide	in	the	heart	as	united
但	我们	必须	仅有的	让	这	想法	的	他们	遵守	在	这	心	作为	团结的

[tuː; tə] [ðə; ði] [lʌv] [ænd; ənd] [θɔːt] [ɒv; əv] [gɒd] . [θriː] .

to	the	love	and	thought	of	God	.	3	.
到	这	爱	和	想法	的	上帝	.	3	.

但我们必须让他们的思想留在心中，与对上帝的爱和思想结合在一起。3.

[greɪt] ['pjʊərəti] [ɒv; əv] [maɪnd] , ['keəfəli] [ɪk'skluːdɪŋ] [frɒm; frəm] [ˌaɪ 'tiː] [ɔːl] ['juːsləs] , [dɪ'stræktɪŋ] [θɔːts]

Great	purity	of	mind	,	carefully	excluding	from	it	all	useless	,	distracting	thoughts
伟大的	纯度	的	头脑	,	小心	不包括	从	它	全部	无用	,	分散注意力	想法

[æz; əz] [tuː; tə] [pɑːst] ,

as	to	past	,
作为	到	过去的	,

心灵极其纯净，刻意排除一切无用、令人分心的关于过去的念头。

['prez(ə)nt] , [ɔː(r)] ['fjuːtʃə(r)] ; [ɔːl] [priˌɒkju'peɪʃn] ['əʊvə(r)] [sʌm; səm] [pet] [ɪm'plɔɪmənt] ; [ɔːl] [dɪ'zaɪə(r)] [tuː; tə]

present	,	or	future	;	all	preoccupation	over	some	pet	employment	;	all	desire	to
展示	,	或者	未来	;	全部	专注	超过	一些	宠物	就业	;	全部	欲望	到

[biː; bi] [nəʊn] ,

be	known	,
是	已知	,

现在或将来；全部心思都放在某种爱好上；全部渴望被了解，

[ænd; ənd] [θɔːt] [wel] [ɒv; əv] . [fɔːr] .

and	thought	well	of	.	4	.
和	想法	出色地	的	.	4	.

并给予了良好的评价。4.

[greɪt] ['pjʊərəti] [ɒv; əv] ['ækʃ(ə)n] , ['əʊnli] [ˌʌndə'teɪkɪŋ] [wɒt] [laɪz] [ɪn] [ðə; ði] [pɑːθ] [ɒv; əv] ['djuːti] ;

Great	purity	of	action	,	only	undertaking	what	lies	in	the	path	of	duty	;
伟大的	纯度	的	行动	,	仅有的	承诺	什么	谎言	在	这	小路	的	责任	;

行为纯粹，只做自己职责范围内的事情；

[kən'trəʊlɪŋ] ['nætʃ(ə)rəl] ['i:gənəs] [ænd; ənd] [æk'tɪvəti] ; ['æktɪŋ] ['səʊbəli] , [wɪð] [ðə; ði] [help] [ɒv; əv] [ðə; ði]

controlling	natural	eagerness	and	activity	;	acting	soberly	,	with	the	help	of	the
控制	自然的	渴望	和	活动	;	表演	清醒地	,	和	这	帮助	的	这

['həʊli] ['spɪrɪt] ,

Holy	Spirit	,
圣	精神	,

克制人的热情和活跃；靠着圣灵的帮助，行事为人要清醒自律。

[ðə; ði] [θɔ:t] [ðæt] [baɪ] ['aʊə(r)] [di:dz] [wi:; wi] ['glɔ:rɪfaɪ] [gɒd] : ['pɔ:zɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)] [ə; eɪ] ['məʊmənt] ,

the	thought	that	by	our	deeds	we	glorify	God	:	pausing	for	a	moment	,
这	想法	那	经过	我们的	契约	我们	荣耀	上帝	:	暂停	为了	一个	片刻	,

我们通过自己的行为荣耀上帝：停顿片刻，

[wen] ['pɑ:sɪŋ] [frɒm; frəm] [wʌn] [ˌɒkju'peɪʃ(ə)n] [tu:; tə] [ə'nʌðə(r)] , [ɪn] ['ɔ:də(r)] [tu:; tə] [də'rekt] [ə'raɪt] [ðə; ði]

when	passing	from	one	occupation	to	another	,	in	order	to	direct	aright	the
什么时候	通过	从	一	职业	到	其他	,	在	命令	到	直接的	好的	这

[ɪn'tenʃ(ə)n] ;

intention	;
意图	;

从一种职业过渡到另一种职业时，为了正确地引导意图；

[ænd; ənd] ['teɪkɪŋ] [keə(r)] [tu:; tə] [bi:; bi] ['ɔ:lweɪz] ['ɒkjupaɪd] [ɪn] [wɒt] [ɪz] ['ju:sf(ə)l] [ænd; ənd] [ˌbenɪ'fɪʃ(ə)l] . [faɪv] .

and	taking	care	to	be	always	occupied	in	what	is	useful	and	beneficial	.	5	.
和	采取	关心	到	是	总是	占领	在	什么	是	有用	和	有利	.	5	.

并且要时刻注意去做那些有用且有益的事情。5.

[greɪt] [ˌrɛkə'lɛktɪdnɛs] [ænd; ənd] [self] - [ˌmɔ:tɪfɪ'keɪʃ(ə)n] ; [ə'vɔɪdɪŋ] , [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz] [wi:; wi] [kæn; kən]

Great	recollectedness	and	self	-	mortification	;	avoiding	,	as	much	as	we	can
伟大的	回忆能力	和	自己	-	屈辱	;	避免	,	作为	很多	作为	我们	能

[ɪn] ['ki:pɪŋ] [wɪð] ['aʊə(r)] ['səʊʃ(ə)l] [pə'zɪʃ(ə)n] ,

in	keeping	with	our	social	position	,
在	保持	和	我们的	社会的	位置	,

极强的回忆能力和自我折磨能力；尽可能地避免，只要符合我们的社会地位即可。

[ɔ:l] [ˌdɪsɪ'peɪʃn] , ['bʌs(ə)l] , [dɪ'stɜ:bəns] ; ['nevə(r)] [ə'laʊɪŋ] ['vɒləntrəli] , ['ju:sləs] [dɪ'zaɪr] , [lʊks] ,

all	dissipation	,	bustle	,	disturbance	;	never	allowing	voluntarily	,	useless	desires	,	looks	,
全部	耗散	,	忙碌	,	干扰	;	绝不	允许	自愿	,	无用	欲望	,	看起来	,

[wɜ:dz] , [ɔ:(r)] ['pleʒəz] ,

words	,	or	pleasures	,
字	,	或者	快乐	,

摒弃一切放纵、喧嚣和纷扰；绝不自愿地放纵无用的欲望、目光、言语或享乐。

[bʌt; bət] ['pleɪsɪŋ] [ðem; ðəm] ['ʌndə(r)] [ðə; ði] [ru:l] [ɒv; əv] ['ri:z(ə)n] , [dɪ'kɔ:rəm] , [ˌedɪfɪ'keɪʃn] , [ænd; ənd] [lʌv] ;

but	placing	them	under	the	rule	of	reason	,	decorum	,	edification	,	and	love	;
但	放置	他们	在下面	这	规则	的	原因	,	礼仪	,	启迪	,	和	爱	;

但要让他们遵循理性、礼仪、教化和爱的原则；

['teɪkɪŋ] [keə(r)] [ðæt] ['aʊə(r)] [preə(r)z] [bi:; bi] [sed] ['sləʊli] [ænd; ənd] ['keəfəli] , [ɑ:'tɪkjʊleɪt] [i:tʃ] [wɜ:d] ,

taking	care	that	our	prayers	be	said	slowly	and	carefully	,	articulating	each	word	,
采取	关心	那	我们的	祈祷	是	说	缓慢地	和	小心	,	清晰表达	每个	单词	,

务必确保我们的祷告缓慢而清晰地进行，每个字都要吐露清楚。

[ænd; ənd] ['traɪɪŋ] [tu:; tə] [fi:l] [ðə; ði] [tru:θ] [ɒv; əv] [wɒt] [wi:; wi] [ɑ:(r); ə(r)] ['seɪɪŋ] . [sɪks] .

and	trying	to	feel	the	truth	of	what	we	are	saying	.	6	.
和	尝试	到	感觉	这	真相	的	什么	我们	是	说	.	6	.

并努力感受我们所说的话的真实性。6.

[greɪt] [keə(r)] [ænd; ənd] [ɪg'zæktɪtju:d] [ɪn] [ɔ:l] [ðə; ði] ['ɔ:d(ə)n(ə)ri] ['ækʃ(ə)nz] [ɒv; əv] [laɪf] ,

Great	care	and	exactitude	in	all	the	ordinary	actions	of	life	,
伟大的	关心	和	精确度	在	全部	这	普通的	行动	的	生活	,

在日常生活中，一丝不苟、精益求精。

[əˈbʌv] [ɔːl] [ɪn] [ðə; ði] [ˈeksəsaɪzɪz] [ɒv; əv] [rɪˈlɪdʒən] ; [ˈliːvɪŋ] [ˈnʌθɪŋ] [tuː; tə] [tʃɑːns] [ɔː(r)] [ˈhæzəd] ;
above all in the exercises of religion ; leaving nothing to chance or hazard ;
多于 全部 在 这 练习 的 宗教 ; 离开 没有什么 到 机会 或者 冒险 ;

尤其在宗教活动中；不留任何侥幸或风险；

[bɪˈhəʊldɪŋ] [ɪn] [ˈevrɪθɪŋ] [gɑːdz] [ˌəʊvəˈruːlɪŋ] [wɪl] , [ænd; ənd] [ˈseɪɪŋ] [tuː; tə] [wʌnz] [self] [ˈsʌmtaɪmz] ,
beholding in everything God's overruling Will , and saying to one's self sometimes ,
凝视 在 一切 神的 否决 将要 , 和 说 到 一个人的 自己 有时 ,

在万事万物中看到上帝至高无上的旨意，有时也会对自己说：

[æz; əz] [ðə; ði] [ˈaʊə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [sʌtʃ] [ænd; ənd] [sʌtʃ] [ˈdjuːti] [əˈraɪvz] , " [aɪ] [mʌst; məst] [ˈheɪs(ə)n] , [gɒd] [ɪz]
as the hour for such and such duty arrives , " I must hasten , God is
作为 这 小时 为了 这样的 和 这样的 责任 到达 , " 我 必须 趋 , 上帝 是
[ˈkɔːlɪŋ] [ˌem ˈiː] . " [ˈsɛvən] .
calling me . " 7 .
呼叫 我 . " 7 .

当履行某项职责的时刻到来时，“我必须加快脚步，上帝在召唤我。”7.

[mʌtʃ] [ˈɪntəkɔːs] [wɪð] [gɒd] ; [ˈspiːkɪŋ] [tuː; tə] [hɪm] [wɪð] [sɪmˈplɪsəti] , [ˈlʌvɪŋ] [hɪm] [ˈdɪəli] , [ˈɔːlweɪz]
Much intercourse with God ; speaking to Him with simplicity , loving Him dearly , always
很多 交往 和 上帝 ; 请讲 到 他 和 简单 , 爱 他 亲爱的 , 总是
[kənˈsʌltɪŋ] [hɪm] ,
consulting Him ,
咨询 他 ,

多与神交流；用朴实的语言与祂交谈，深爱祂，时常向祂寻求指引。

[ˈrendərɪŋ] [tuː; tə] [hɪm] [æn; ən] [əˈkaʊnt] [ɒv; əv] [ˈevri] [ˈækʃ(ə)n] , [ˈθæŋkɪŋ] [hɪm] [ˈkɒnstəntli] , [ænd; ənd]
rendering to Him an account of every action , thanking Him constantly , and
渲染 到 他 一个 帐户 的 每一个 行动 , 谢谢 他 不断地 , 和
[əˈbʌv] [ɔːl] ,
above all ,
多于 全部 ,

要向他交代自己的每一件事，要不断地感谢他，最重要的是，

[ˈdrɔːɪŋ] [nɪə(r)] [tuː; tə] [hɪm] [wɪð] [dʒɔɪ] [ɪn] [ðə; ði] [ˈhəʊli] [ˈjuːkərɪst] .
drawing near to Him with joy in the Holy Eucharist .
绘画 靠近 到 他 和 喜悦 在 这 圣 圣餐 .

在圣体圣事中欢欣地亲近祂。

[wʌn] [greɪt] [help] [təˈwɔːdz] [sʌtʃ] [swiːt] [kəˈmjuːniən] [wɪð] [gɒd] ,
One great help towards such sweet communion with God ,
一 伟大的 帮助 向 这样的 甜的 圣餐 和 上帝 ,

有助于与神如此甜蜜的交流，

[wɪl] [biː; bi] [faʊnd] [ɪn] [ə; eɪ] [ˈstedi] [ˌpɜːsəˈvɪərəns] [ɪn] [ðə; ði] [ˈɜːli] [ˈmɔːrnɪŋz] [ˌmedɪˈteɪʃ(ə)n] . [eit] .
will be found in a steady perseverance in the early morning's meditation . 8 .
将要 是 成立 在 一个 稳定的 毅力 在 这 早期的 早晨 冥想 . 8 .

将在清晨冥想的持之以恒中得到。8.

[mʌtʃ] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)] [ˈaʊə(r)] [ˈneɪbə(r)] , [bɪˈkəz; bɪˈkɒz] [hiː; hi] [ɪz] [ðə; ði] [mʌtʃ] - [lʌvd] [tʃaɪld] [ɒv; əv] [gɒd] ,
Much love for our neighbor , because he is the much - loved child of God ,
很多 爱 为了 我们的 邻居 , 因为 他 是 这 很多 - 喜爱 孩子 的 上帝 ,
[preŋ] [fɔː(r); fə(r)] [hɪm] ,
praying for him ,
祈祷 为了 他 ,

深爱我们的邻舍，因为他是上帝深爱的孩子，为他祷告。

[ˈkʌmfətɪŋ] , [ˈtiːtʃɪŋ] , [ˈstreŋθnɪŋ] , [ænd; ənd] [ˈhelpɪŋ] [hɪm] [ɪn] [ɔːl] [ˈdɪfɪkəltɪz] .
comforting , teaching , strengthening , and helping him in all difficulties .
令人感到安慰 , 教学 , 强化 , 和 帮助 他 在 全部 困难 .

安慰他、教导他、鼓励他、帮助他度过一切困难。

['hɪndrənsɪz] [tuː; tə][ðə; ði][ɪn'tɪəriə(r)] [laɪf]

Hindrances	**to**	**the**	**Interior**	**Life**
障碍	到	这	内部的	生活

阻碍内心生活的因素

[wʌn] . ['nætʃ(ə)rəl][æk'tɪvəti] , ['ɔːlweɪz] [ɜːdʒɪŋ] [ˌjuː 'es][ɒn] , [ænd; ənd] ['meɪkɪŋ] [ˌjuː 'es] [tuː] [prɪ'sɪpɪteɪt] [ɪn][ɔːl]

1	**.**	**Natural**	**activity**	**,**	**always**	**urging**	**us**	**on**	**,**	**and**	**making**	**us**	**too**	**precipitate**	**in**	**all**
1	.	自然的	活动	,	总是	敦促	我们	在	,	和	制作	我们	也	沉淀	在	全部

['aʊə(r)]['ækʃ(ə)nz] .

our	**actions**	**.**
我们的	行动	.

1. 自然活动总是驱使我们前进，使我们在所有行动中过于仓促。

[ˌaɪ 'tiː] [ʃəʊz] [ɪt'self] : —

It	**shows**	**itself**	**:**	**—**
它	演出	本身	:	—

它显而易见：——

[ɪn]['aʊə(r)]['prɑːdʒekts; prə'dʒekts] , [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː] ['mʌltɪplaɪz] , [hiːps] [ʌp] , [rɪ'fɔːrmz] , [ænd; ənd]

In	**our**	**projects**	**,**	**which**	**it**	**multiplies**	**,**	**heaps**	**up**	**,**	**reforms**	**,**	**and**
在	我们的	项目	,	哪个	它	乘	,	堆积如山	向上	,	改革	,	和

[ʌp'sets; 'ʌpsets] .

upsets	**.**
爆冷	.

在我们的项目中，它会倍增、堆积、改革和颠覆。

[ˌaɪ 'tiː] [ə'laʊz] [ɒv; əv][nəʊ][rest] , [ʌn'tɪl] [wɒt] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [ˌʌndə'teɪkən] [ɪz] [ə'kʌmplɪʃt] .

It	**allows**	**of**	**no**	**rest**	**,**	**until**	**what**	**it**	**has**	**undertaken**	**is**	**accomplished**	**.**
它	允许	的	不	休息	,	直到	什么	它	有	已	是	完成	.

它不允许自己休息，直到完成它所承担的任务。

[ɪn]['aʊə(r)]['ækʃ(ə)nz] .

In	**our**	**actions**	**.**
在	我们的	行动	.

在我们的行动中。

[æk'tɪvəti] [ɪz] ['æbsəluːtli] ['nesəsəri] [tuː; tə][ˌjuː 'es] .

Activity	**is**	**absolutely**	**necessary**	**to**	**us**	**.**
活动	是	绝对地	必要的	到	我们	.

活动对我们来说是绝对必要的。

[wiː; wi] [ləʊd] [ɑː'selvz] [wɪð] [ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [θɪŋz] [bɪ'jɒnd] ['aʊə(r)]['djuːti] , ['sʌmtaɪmz] ['iːv(ə)n] ['kɒntrəri]

We	**load**	**ourselves**	**with**	**a**	**thousand**	**things**	**beyond**	**our**	**duty**	**,**	**sometimes**	**even**	**contrary**
我们	加载	我们自己	和	一个	千	事物	超过	我们的	责任	,	有时	甚至	相反

[tuː; tə][ˌaɪ 'tiː] .

to	**it**	**.**
到	它	.

我们给自己背负了无数超出我们职责范围的事情，有时甚至违背了我们的职责。

['evriθɪŋ] [ɪz] [dʌn] [wɪð] [ɪmˌpetʃu'ɒsəti] [ænd; ənd] [heɪst] , [æŋ'zaɪəti][ænd; ənd] [ɪm'peɪʃ(ə)ns] [tuː; tə] [siː]

Everything	**is**	**done**	**with**	**impetuosity**	**and**	**haste**	**,**	**anxiety**	**and**	**impatience**	**to**	**see**
一切	是	完毕	和	冲动	和	匆忙	,	焦虑	和	不耐烦	到	看

[ðə; ði][end] .

the	**end**	**.**
这	结尾	.

一切都匆匆忙忙、急于求成，充满了焦虑和不耐烦。

[ɪn]['aʊə(r)] [ˌkɒnvə'seɪʃ(ə)n] .

In	**our**	**conversation**	**.**
在	我们的	对话	.

在我们的谈话中。

[æk'tɪvəti] [meɪks] [ˌjuː 'es] [spiːk] [wɪ'ðaʊt] ['θɪŋkɪŋ] , [ˌɪntə'rʌptɪŋ] ['ruːdli] , [rɪ'pruːvɪŋ] ['heɪstɪli] , [dʒʌdʒiŋ]

Activity	**makes**	**us**	**speak**	**without**	**thinking**	**,**	**interrupting**	**rudely**	**,**	**reproving**	**hastily**	**,**	**judging**
活动	制作	我们	说话	没有	思维	,	打断	粗鲁地	,	责备	草草	,	评判

[wɪ'ðaʊt] [əˌpriːʃi'eɪʃn] .

without	**appreciation**	**.**
没有	欣赏	.

忙碌使我们不假思索地说话，粗鲁地打断别人，草率地责备别人，不加欣赏地评判别人。

[wiː; wi] [spiːk] ['laʊdli] , [dɪ'spjuːtɪŋ] , ['mɜːmərɪŋ] , [ænd; ənd] ['luːzɪŋ] ['aʊə(r)]['tempə(r)] .

We	**speak**	**loudly**	**,**	**disputing**	**,**	**murmuring**	**,**	**and**	**losing**	**our**	**temper**	**.**
我们	说话	高声	,	争议	,	淙淙	,	和	输	我们的	脾气	.

我们大声说话，争论不休，窃窃私语，甚至发脾气。

[ɪn] [preə(r)] .

In	**prayer**	**.**
在	祷告	.

在祷告中。

[wiː; wi]['bɜːd(ə)n] [ɑː'selvz] [wɪð] ['nʌmbələs] [preə(r)z] , [rɪ'piːtɪd] ['keələsli] , [wɪ'ðaʊt] [ə'tenʃ(ə)n] ,

We	**burden**	**ourselves**	**with**	**numberless**	**prayers**	**,**	**repeated**	**carelessly**	**,**	**without**	**attention**	**,**
我们	负担	我们自己	和	无数	祈祷	,	重复	粗心大意	,	没有	注意力	,

我们漫不经心地重复着无数的祈祷，毫无专注，给自己带来了沉重的负担。

[ænd; ənd] [wɪð] [ɪm'peɪʃ(ə)ns] [tuː; tə][get][tuː; tə][ðə; ði][end][ɒv; əv][ðem; ðəm] ; [ˌaɪ 'tiː] [ˌɪntə'fɪəz] [wɪð] ['aʊə(r)]

and	**with**	**impatience**	**to**	**get**	**to**	**the**	**end**	**of**	**them**	**;**	**it**	**interferes**	**with**	**our**
和	和	不耐烦	到	得到	到	这	结尾	的	他们	;	它	干扰	和	我们的

[ˌmedɪ'teɪʃənz] ,

meditations	**,**
冥想	,

我们急于求成，想要尽快读完，这会干扰我们的冥想。

['wiəri] , [tɔː'ment, 'tɔːm-] , [fə'tiːgz] [ðə; ði][breɪn] , ['draɪɪŋ] [ʌp][ðə; ði][səʊl] , [ænd; ənd] ['hɪndərɪŋ] [ðə; ði]

wearies	**,**	**torments**	**,**	**fatigues**	**the**	**brain**	**,**	**drying**	**up**	**the**	**soul**	**,**	**and**	**hindering**	**the**
疲惫	,	折磨	,	疲劳	这	脑	,	烘干	向上	这	灵魂	,	和	阻碍	这

[wɜːk] [ɒv; əv][ðə; ði]['həʊli]['spɪrɪt] . [ˌtuː'tuː] .

work	**of**	**the**	**Holy**	**Spirit**	**.**	**2**	**.**
工作	的	这	圣	精神	.	2	.

使人疲惫、痛苦、脑力衰竭，灵魂枯竭，阻碍圣灵的工作。2.

[ˌkjʊəri'ɒsəti] [leɪz] [ðə; ði] [səʊl] ['əʊpən][tuː; tə][ɔːl][ɪk'stɜːn(ə)l] [θɪŋz] , [fɪlz] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] ['fænsiz]

Curiosity	**lays**	**the**	**soul**	**open**	**to**	**all**	**external**	**things**	**,**	**fills**	**it**	**with**	**a**	**thousand**	**fancies**
好奇心	躺下	这	灵魂	打开	到	全部	外部的	事物	,	填充	它	和	一个	千	幻想

[ænd; ənd] ['kwestʃənɪŋ] ,

and	**questionings**	**,**
和	质询	,

好奇心使灵魂对所有外部事物敞开，使之充满无数的幻想和疑问。

['pliːzɪŋ] [ɔː(r)] [vek'seɪʃəs] , [əb'zɔːbɪŋ; əb'sɔːbɪŋ][ðə; ði][maɪnd] ,

pleasing	**or**	**vexatious**	**,**	**absorbing**	**the**	**mind**	**,**
令人愉悦	或者	令人烦恼的	,	吸收	这	头脑	,

令人愉悦或恼怒的，引人入胜的

[ænd; ənd] ['meɪkɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [kwaɪt] [ɪm'pɒsəb(ə)l][tuː; tə][rɪ'taɪə(r)] [wɪ'ðɪn] [wʌnz] [self][ænd; ənd][biː; bi]

and	**making**	**it**	**quite**	**impossible**	**to**	**retire**	**within**	**one's**	**self**	**and**	**be**
和	制作	它	相当	不可能的	到	退休	之内	一个人的	自己	和	是

[ˌrekə'lektɪd] .

recollected	**.**
回忆	.

这使得一个人完全不可能遁入空想，进行自我反思。

[ðen] ['fɒləʊ] [dɪs'teɪst] , [sləʊθ] , [ænd; ənd] [ɒn'wiː] [fɔː(r); fə(r)] [ɔːl] [ðæt] ['seivəz] [ɒv; əv] ['saɪləns] , [rɪ'taɪəmənt]

Then	follow	distaste	,	sloth	,	and	ennui	for	all	that	savors	of	silence	,	retirement
然后	跟随	厌恶	,	树懒	,	和	厌倦	为了	全部	那	品味	的	沉默	,	退休

, [ænd; ənd] [ˌmedɪ'teɪʃ(ə)n] .

,	and	meditation	.
,	和	冥想	.

然后，对一切宁静、隐居和冥想的事物，都会产生厌恶、懒惰和厌倦。

[ˌkjʊəri'ɒsəti] [ʃəʊz] [ɪt'self] , [wen] ['stʌdiz] [ɑː(r); ə(r)] [ˌʌndə'teɪkən] [frɒm; frəm] ['vænəti] , [ə; eɪ] [dɪ'zaɪə(r)] [tuː; tə]

Curiosity	shows	itself	,	when	studies	are	undertaken	from	vanity	,	a	desire	to
好奇心	演出	本身	,	什么时候	研究	是	已	从	虚荣	,	一个	欲望	到

[nəʊ] [ɔːl] [θɪŋz] ,

know	all	things	,
知道	全部	事物	,

当人们出于虚荣心而进行学习，渴望了解一切事物时，好奇心就会显露出来。

[ænd; ənd] [tuː; tə] [pɑːs] [æz; əz] ['klevə(r)] ,

and	to	pass	as	clever	,
和	到	经过	作为	聪明的	,

并且要显得聪明，

['rɑːðə(r)] [ðæn; ðən] [ðə; ði] ['riːəl] [wɪʃ] [tuː; tə] [lɜːn] [ɪn] ['ɔːdə(r)] [tuː; tə] [biː; bi] ['juːsf(ə)l] — [ɪn] ['riːdɪŋ] ,

rather	than	the	real	wish	to	learn	in	order	to	be	useful	—	in	reading	,
相当	比	这	真实的	希望	到	学习	在	命令	到	是	有用	—	在	阅读	,

而不是真正渴望学习以求有用——在阅读中，

[wen] [ðə; ði] [speə(r)] [taɪm] [ɪz] ['gɪv(ə)n] [ʌp] [tuː; tə] ['hɪstri; 'hɪstəri] , ['peɪpəz] , [ænd; ənd] ['nɒv(ə)lz] — [ɪn] ['wɔːkɪŋ]

when	the	spare	time	is	given	up	to	history	,	papers	,	and	novels	—	in	walking
什么时候	这	空闲的	时间	是	给定	向上	到	历史	,	文件	,	和	小说	—	在	步行

,

,
,

当闲暇时间都用来阅读历史、论文和小说时——比如散步时，

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

金粉：日常生活圣化(Gold Dust A Collection of Golden Counsels for)

[wen] ['aʊə(r)] [steps] [wʊd] [liːd] [ˌjuː 'es] [weə(r)] [ðə; ði] [kraʊd] [gəʊ][tuː; tə] [siː] , [tuː; tə] [nəʊ] ,

when	our	steps	would	lead	us	where	the	crowd	go	to	see	,	to	know	,
什么时候	我们的	步骤	会	带领	我们	在哪里	这	人群	去	到	看	,	到	知道	,

当我们的脚步引领我们去到人群聚集的地方，去看，去了解，

['əʊnli][ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə][hæv; həv] ['sʌmθɪŋ] [tuː; tə]['riːteɪl] ; [ɪn][fækt] ,

only	in	order	to	have	something	to	retail	;	in	fact	,
仅有的	在	命令	到	有	某物	到	零售	;	在	事实	,

仅仅是为了有东西可以卖；事实上，

[ˌaɪ 'tiː] ['mænifest] [ɪt'self] [ɪn][ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] ['lɪt(ə)l]['ækʃ(ə)nz] ; [fɔː(r); fə(r)] ['ɪnstəns] ,

it	manifests	itself	in	a	thousand	little	actions	;	for	instance	,
它	表现	本身	在	一个	千	小的	行动	;	为了	实例	,

它体现在无数细微的行动中；例如，

['presɪŋ] ['fɔːwəd] [wɪð] ['fiːvərɪʃ] [heɪst] [tuː; tə]['əʊpən][ə; eɪ]['letə(r)] [ə'drest] [tuː; tə][ˌjuː 'es] ,

pressing	forward	with	feverish	haste	to	open	a	letter	addressed	to	us	,
紧迫	向前	和	发烧	匆忙	到	打开	一个	信	已解决	到	我们	,

急忙迫不及待地打开一封寄给我们的信，

['lɒŋɪŋ] ['iːgəli] [tuː; tə] [siː] ['eniθɪŋ] [ðæt] ['prez(ə)nts] [ɪt'self] ,

longing	eagerly	to	see	anything	that	presents	itself	,
渴望	急切地	到	看	任何事物	那	礼物	本身	,

渴望看到任何出现在眼前的事物，

['ɔːlweɪz] ['biːɪŋ] [ðə; ði][fɜːst][tuː; tə] [tel] ['eni] [piːs] [ɒv; əv] [njuːz] . . . .

always	being	the	first	to	tell	any	piece	of	news	.	.	.	.
总是	存在	这	第一的	到	告诉	任何	片	的	消息	.	.	.	.

总是第一个报道新闻.....

[wen] [wiː; wi] [fə'get] [gɒd] , [hiː; hi][ɪz] ['drɪvn] [frɒm; frəm][ðə; ði] [hɑːt] , ['liːvɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [vɔɪd] ,

When	we	forget	God	,	He	is	driven	from	the	heart	,	leaving	it	void	,
什么时候	我们	忘记	上帝	,	他	是	驱动	从	这	心	,	离开	它	空白	,

当我们忘记上帝时，祂就被逐出我们的心，使我们心中留下空虚。

[ænd; ənd] [ðen] [in'sjuː] [ðæt] [waɪld] ['kreɪvɪŋ] [tuː; tə] [fɪl] [ʌp] [ðə; ði] [vɔɪd] [wɪð] ['eniθɪŋ] [wɪð] [wɪtʃ]

and	then	ensues	that	wild	craving	to	fill	up	the	void	with	anything	with	which
和	然后	随之而来	那	荒野	渴望	到	充满	向上	这	空白	和	任何事物	和	哪个

[wiː; wi] [meɪ] [kʌm] ['ɪntuː]['kɒntækt] . [θriː] .

we	may	come	into	contact	.	3	.
我们	可能	来	进入	接触	.	3	.

然后，就会产生一种强烈的渴望，想要用我们可能接触到的任何东西来填补内心的空虚。3.

['kaʊədɪs] .

Cowardice	.
怯懦	.

怯懦。

[gɒd] [dʌz] [nɒt] [fə'bɪd] ['peɪʃ(ə)nt] , [səb'mɪsɪv] ['pliːdɪŋ] , [bʌt; bət] ['mɜːmərɪŋ] [fɪəz] [ɑː(r); ə(r)]

God	does	not	forbid	patient	,	submissive	pleading	,	but	murmuring	fears	are
上帝	做	不是	禁止	病人	,	顺从者	恳求	,	但	淙淙	恐惧	是

[dɪs'pliːzɪŋ] [tuː; tə] [hɪm] ,

displeasing	to	Him	,
令人不快	到	他	,

上帝并不禁止耐心顺服的恳求，但抱怨恐惧却令他不悦。

[ænd; ənd][hiː; hi] [wiðˈdrɔːz] [frɒm; frəm][ðə; ði][səʊl] [ðæt] [wɪl] [nɒt] [liːn] [ɒn][hɪm] .

and	He	withdraws	from	the	soul	that	will	not	lean	on	Him	.
和	他	撤回	从	这	灵魂	那	将要	不是	倾斜	在	他	.

祂会远离那些不信靠祂的灵魂。

['kaʊədɪs] ['mænifest] [ɪt'self] [wen] [ɪn][ðə; ði]['traɪəlz][ɒv; əv][laɪf][wiː; wi]['reb(ə)l; rɪ'bel] [ə'genst] [ðə; ði] [dɪ'vaɪn]

Cowardice	manifests	itself	when	in	the	trials	of	life	we	rebel	against	the	Divine
怯懦	表现	本身	什么时候	在	这	试验	的	生活	我们	反叛	反对	这	神圣的

[wɪl] [ðæt] [sendz] [juː 'es] ['ɪlnəs] ,

will	that	sends	us	illness	,
将要	那	发送	我们	疾病	,

当人生遭遇磨难，我们反抗降下疾病的神圣旨意时，懦弱就表现出来了。

['kæləmni] , [praɪ'veɪʃ(ə)n] , [dɪ'zɜːʃn] ;

calumny	,	privation	,	desertion	;
诽谤	,	匮乏	,	逃兵	;

诽谤、剥夺、遗弃；

[wen] [ɪn] ['draɪnəs] [ɒv; əv] [səʊl] [wiː; wi] [liːv] [ɒf] ['aʊə(r)] [preə(r)z] [ænd; ənd] [kə'mjuːniən] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz]

when	in	dryness	of	soul	we	leave	off	our	prayers	and	communions	because
什么时候	在	干燥	的	灵魂	我们	离开	离开	我们的	祈祷	和	圣餐	因为

[wiː; wi] [fiːl] [nəʊ]['sensəb(ə)l] ['swiːtnəs] [ɪn][ðem; ðəm] ;

we	feel	no	sensible	sweetness	in	them	;
我们	感觉	不	明智的	甜味	在	他们	;

当我们心灵干涸时，我们会停止祈祷和圣餐，因为我们从中感受不到任何甜蜜；

[wen] [wiː; wi] [fiːl] [ə; eɪ] ['sɪknəs] [ɒv; əv][ðə; ði][səʊl] [ðæt] [meɪks] [juː 'es] [ʌn'iːzi] ,

when	we	feel	a	sickness	of	the	soul	that	makes	us	uneasy	,
什么时候	我们	感觉	一个	疾病	的	这	灵魂	那	制作	我们	不安	,

当我们感到心灵深处有种不适感，使我们感到不安时，

[ænd; ənd] ['fɪəf(ə)l] [ðæt] [gɒd] [hæz; həz] [fə'seɪkən] [juː 'es] .

and	fearful	that	God	has	forsaken	us	.
和	可怕	那	上帝	有	被遗弃的	我们	.

我们害怕上帝抛弃了我们。

[ðə; ði] [səʊl] [ɪ'streɪndʒd] [frɒm; frəm] [gɒd] [siːk] [daɪ'vɜːʃ(ə)n] [ɪn][ðə; ði] [wɜːld] ; [bʌt; bət][ɪn][ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv]

The	soul	estranged	from	God	seeks	diversion	in	the	world	;	but	in	the	midst	of
这	灵魂	疏远的	从	上帝	寻找	导流	在	这	世界	;	但	在	这	中间	的

[ðə; ði] [wɜːld] ,

the	world	,
这	世界	,

与上帝疏离的灵魂会在世俗中寻求消遣；但在世俗之中，

[gɒd] [ɪz] [nɒt] [tuː; tə] [biː; bi] [faʊnd] ; [wen] [temp'teɪʃənz] [kʌm] , ['wɪərid] , ['fraɪt(ə)nd] , [ænd; ənd]

God	is	not	to	be	found	;	when	temptations	come	,	wearied	,	frightened	,	and
上帝	是	不是	到	是	成立	;	什么时候	诱惑	来	,	疲惫	,	害怕	,	和

['tɔːmentid] ,

tormented	,
饱受折磨	,

上帝无处可寻；当诱惑来临时，疲惫不堪、恐惧万分、痛苦不堪，

[wiː; wi]['wɒndə(r)] ['fɑːðə(r)] [ænd; ənd] ['fɑːðə(r)] [ə'weɪ] [frɒm; frəm] [hɪm] , ['kraɪɪŋ] , " [aɪ][ˌeɪ 'em] [fə'seɪkən] ,

we	wander	farther	and	farther	away	from	Him	,	crying	,	"	I	am	forsaken	,
我们	漫步	更远	和	更远	离开	从	他	,	哭泣	,	"	我	是	被遗弃的	,

我们离祂越来越远，哭喊着：“我被遗弃了，

" [wen] [ðə; ði]['traɪəl][hæz; həz] ['riːəli] [biːn] [sent] [ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [kiːp] [juː 'es][ɒn]['aʊə(r)] [gɑːd] ,

"	when	the	trial	has	really	been	sent	in	order	to	keep	us	on	our	guard	,
"	什么时候	这	审判	有	真的	到过	发送	在	命令	到	保持	我们	在	我们的	警卫	,

“当审判真的是为了让我们保持警惕而安排的时候，

[prɪ'vent] ['aʊə(r)] [bɪ'kʌmɪŋ] [praʊd] , [ænd; ənd] ['ɒfərɪŋ] [ˌjuː 'es][æn; ən] [ˌɒpə'tjuːnəti] [fɔː(r); fə(r)] ['ʃəʊɪŋ]

prevent	our	becoming	proud	,	and	offering	us	an	opportunity	for	showing
防止	我们的	成为	自豪的	,	和	提供	我们	一个	机会	为了	显示

['aʊə(r)] [lʌv] .

our	love	.
我们的	爱	.

防止我们骄傲自满，并给我们一个表达爱意的机会。

[viː] .

V	.
V	.

五、

[ðə; ði] ['les(ə)n] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['deɪzi]

The	Lesson	of	a	Daisy
这	课	的	一个	雏菊

雏菊的教训

[aɪ] [sɔː] [hɜː(r); hə(r)][frɒm; frəm][ə'fɑː(r)] , [pɔː(r); pʊə(r)] [tʃaɪld] ; [ʃiː; ʃi] [lʊkt] ['driːmi] [æz; əz][ʃiː; ʃi] [liːnd]

I	saw	her	from	afar	,	poor	child	;	she	looked	dreamy	as	she	leaned
我	锯	她	从	远方	,	贫穷的	孩子	;	她	看起来	梦幻般的	作为	她	倾斜

[ə'genst] [ðə; ði] ['wɪndəʊ] ,

against	the	window	,
反对	这	窗户	,

我远远地看见她，可怜的孩子；她倚在窗边，神情恍惚。

[ænd; ənd] [held] [ɪn] [hɜː(r); hə(r)][hænd][ə; eɪ] ['deɪzi] , [wɪtʃ] [ʃiː; ʃi][wɒz; wəz] ['kwestʃənɪŋ] [baɪ] ['grædʒuəli]

and	held	in	her	hand	a	daisy	,	which	she	was	questioning	by	gradually
和	握住	在	她	手	一个	雏菊	,	哪个	她	曾是	提问	经过	逐步地

['pʊlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] ['piːsɪz] .

pulling	it	to	pieces	.
拉	它	到	件	.

她手里拿着一朵雏菊，一边慢慢地把它撕成碎片，一边质疑着它。

[wɒt] [ʃiː; ʃi] ['wɒntɪd] [tuː; tə] [ˌæsə'teɪn] [aɪ] ['kænɒt] [tel] ; [aɪ]['əʊnli] [hɜːd] [ɪn][ə; eɪ] [ləʊ] ['mɜːmə(r)] ,

What	she	wanted	to	ascertain	I	cannot	tell	;	I	only	heard	in	a	low	murmur	,
什么	她	通缉	到	探明	我	不能	告诉	;	我	仅有的	听到	在	一个	低的	低语	,

我不知道她想弄清楚什么；我只听到她低声呢喃。

['fɔːlɪŋ] [frɒm; frəm][hɜː(r); hə(r)] [peɪl] [lɪps] , [ðiːz] [wɜːdz] : " [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] , [ə; eɪ] [greɪt] [diːl] , ['pæʃənətli]

falling	from	her	pale	lips	,	these	words	:	"	a	little	,	a	great	deal	,	passionately
坠落	从	她	苍白	嘴唇	,	这些	字	:	"	一个	小的	,	一个	伟大的	交易	,	热情地

, [nɒt] [æt; ət][ɔːl] ,

,	not	at	all	,
,	不是	在	全部	,

从她苍白的嘴唇间吐出这些话语："一点点，很多，热情地，一点也不"，

" [æz; əz] [iːtʃ] ['pet(ə)l][hɜː(r); hə(r)] ['fɪŋgəz] ['pʊld] [ə'weɪ] [fel] ['flʌtərɪŋ] [æt; ət][hɜː(r); hə(r)] [fiːt] .

"	as	each	petal	her	fingers	pulled	away	fell	fluttering	at	her	feet	.
"	作为	每个	花瓣	她	手指	拉	离开	跌倒	飘动	在	她	脚	.

"她手指轻轻拂去每一片花瓣，花瓣便飘落在她的脚边。"

[aɪ][kʊd; kəd] [siː] [hɜː(r); hə(r)][frɒm; frəm][ə; eɪ] ['dɪstəns] , [ænd; ənd][aɪ] [felt] [tʌtʃt] .

I	could	see	her	from	a	distance	,	and	I	felt	touched	.
我	可以	看	她	从	一个	距离	,	和	我	毛毡	感动	.

我远远地看见了她，心中深受感动。

[pɔː(r); pʊə(r)][tʃaɪld] , [waɪ] [duː; də][juː; jʊ] [tel] [ə; eɪ]['flaʊə(r)][ðə; ði] [θɔːt] [ðæt] ['trʌb(ə)lz] [juː; jʊ] ?

Poor	child	,	why	do	you	tell	a	flower	the	thought	that	troubles	you	?
贫穷的	孩子	,	为什么	做	你	告诉	一个	花	这	想法	那	麻烦	你	?

可怜的孩子，你为什么要把困扰你的想法告诉一朵花呢?

[hæv; həv][juː; jʊ][nəʊ]['mʌðə(r)] ?

have	you	no	mother	?
有	你	不	母亲	?

你没有母亲吗?

[waɪ] [biː; bi] ['æŋkʃəs] [ə'baʊt][ðə; ði]['fjuːtʃə(r)] ?

Why	be	anxious	about	the	future	?
为什么	是	焦虑的	关于	这	未来	?

为什么要为未来焦虑呢?

[hæv; həv][juː; jʊ][nɒt] [gɒd] [tuː; tə][prɪ'peə(r)][ˌaɪ 'tiː][fɔː(r); fə(r)][juː; jʊ] ,

have	you	not	God	to	prepare	it	for	you	,
有	你	不是	上帝	到	准备	它	为了	你	,

难道上帝没有为你预备吗?

[æz; əz] ['tendəli] [æz; əz] [ˌeɪ'tiːn] [j'iəz] [ə'gəʊ][jɔː(r); jə(r)] ['mʌðə(r)] [prɪ'peəd] [jɔː(r); jə(r)]['kreɪd(ə)l] ?

as	tenderly	as	eighteen	years	ago	your	mother	prepared	your	cradle	?
作为	温柔地	作为	十八	年	前	你的	母亲	准备	你的	摇篮	?

就像十八年前你的母亲温柔地为你准备摇篮一样?

['faɪnəli] , [wen] [ðə; ði] ['deɪzi] [wɒz; wəz][ɔːl][bʌt; bət] [gɒn] , [wen] [hɜː(r); hə(r)] ['fɪŋgəz] [stɒpt] [æt; ət]

Finally	,	when	the	daisy	was	all	but	gone	,	when	her	fingers	stopped	at
最后	,	什么时候	这	雏菊	曾是	全部	但	已消失	,	什么时候	她	手指	停止	在

[ðə; ði][lɑːst]['pet(ə)l] ,

the	last	petal	,
这	最后的	花瓣	,

最后，当雏菊几乎完全凋谢，当她的手指停在最后一片花瓣上时，

[ænd; ənd][hɜː(r); hə(r)][lɪps] [m'ɜːməd] [ðə; ði] [wɜːd] ['lɪt(ə)l] , [ʃiː; ʃi] [drɒpt] [hɜː(r); hə(r)] [hed] [ə'pɒn]

and	her	lips	murmured	the	word	little	,	she	dropped	her	head	upon
和	她	嘴唇	低声说道	这	单词	小的	,	她	掉落	她	头	之上

[hɜː(r); hə(r)] [ɑːmz] , [dɪs'kʌrɪdʒd] ,

her	arms	,	discouraged	,
她	武器	,	灰心	,

她嘴唇微微颤抖着说出“小”这个字，沮丧地将头埋在臂弯里。

[ænd; ənd] , [pɔː(r); pʊə(r)] [tʃaɪld] , [ʃiː; ʃi] [wept] !

and	,	poor	child	,	she	wept	!
和	,	贫穷的	孩子	,	她	哭泣	!

可怜的孩子，她哭了!

[waɪ] [wiːp] , [maɪ] [tʃaɪld] ?

Why	weep	,	my	child	?
为什么	哭泣	,	我的	孩子	?

孩子，你为何哭泣?

[ɪz][ˌaɪ 'tiː][bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðɪs] [wɜːd] [dʌz] [nɒt] [pliːz] [juː; jʊ] ?

is	it	because	this	word	does	not	please	you	?
是	它	因为	这	单词	做	不是	请	你	?

是因为你不喜欢这个词吗?

[let] [ˌem 'iː] , [let] [ˌem 'iː] , [ɪn][ðə; ði] [neɪm] [ɒv; əv][ðə; ði]['sɪmp(ə)l] ['deɪzi] [juː; jʊ][hæv; həv][dʒʌst] [dɪ'strɔɪd] ,

Let	me	,	let	me	,	in	the	name	of	the	simple	daisy	you	have	just	destroyed	,
让	我	,	让	我	,	在	这	姓名	的	这	简单的	雏菊	你	有	只是	损毁	,

让我，让我，以你刚刚毁掉的那朵小雏菊的名义，

[gɪv] [juː; jʊ][ðə; ði] [ɪk'spɪərɪəns] [ɒv; əv][maɪ][əʊld][eɪdʒ] .

give	you	the	experience	of	my	old	age	.
给	你	这	经验	的	我的	老的	年龄	.

让你体验一下我晚年的生活。

[əʊ] ! [ɪf] [juː; jʊ]['əʊnli] [njuː] [wɒt] [ˌaɪ 'tiː] [kɒsts] [tuː; tə][hæv; həv] [mʌtʃ] [ɒv; əv] ['eniθɪŋ] !

Oh ! if you only knew what it costs to have much of anything !

哦 ！如果 你 仅有的 知道 什么 它 成本 到 有 很多 的 任何事物 ！

哦！你如果知道拥有很多东西要付出多少代价就好了！

[ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ɒv; əv] [wɪt] ['ɒf(ə)n] [rɪ'zʌlts] [ɪn] ['spaɪtflnəs] [wɪtʃ] [meɪks] [ˌjuː 'es]['kruːəl][ænd; ənd]

A great deal of wit often results in spitefulness which makes us cruel and

一个 伟大的 交易 的 有 经常 结果 在 恶意 哪个 制作 我们 残忍的 和

[ˌʌn'dʒʌst] ,

unjust ,

不公正 ,

过分的机智往往会导致恶意，使我们变得残忍和不公正。

[ɪn] ['dʒeləsi] [ðæt] [tɔː'ment, 'tɔːm-] , [ɪn] [dɪ'sepʃn] [ðæt] ['sʌli] [ɔːl]['aʊə(r)] ['traɪʌmfs] , [ænd; ənd] [praɪd]

in jealousy that torments , in deception that sullies all our triumphs , and pride

在 妒忌 那 折磨 , 在 欺骗 那 萨利 全部 我们的 胜利 , 和 自豪

[wɪtʃ] [ɪz]['nevə(r)]['sætɪsfaɪd] .

which is never satisfied .

哪个 是 绝不 使满意 .

嫉妒折磨着我们，欺骗玷污了我们所有的胜利，骄傲永不满足。

[ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ɒv; əv] [hɑːt] ['kɔːzɪz] [ʌn'izɪnɪs] [wɪtʃ] [veks] , [peɪn] [ðæt] [rend] [ə'sʌndə(r)] ,

A great deal of heart causes uneasiness which vexes , pain that rends asunder ,

一个 伟大的 交易 的 心 原因 不安 哪个 烦恼 , 疼痛 那 撕裂 分离 ,

过多的心事会引起烦躁不安，带来撕裂般的痛苦。

[griːf] [ðæt] ['nɪəli] [kɪlz] . . .

grief that nearly kills . . .

悲伤 那 几乎 杀戮 . . .

几乎致命的悲痛.....

['sʌmtaɪmz] ['iːv(ə)n][ðə; ðɪ]['dʒʌdʒmənt][ɪz] [dɪ'siːvd] .

sometimes even the judgment is deceived .

有时 甚至 这 判断 是 受骗 .

有时连判断力也会出错。

[ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ɒv; əv] [ə'træktɪvnəs] [miːnz] ['ɒf(ə)n][ə; eɪ] [kən'sjuːmɪŋ] ['vænəti] , [ˌəʊvə'welmɪŋ]

A great deal of attractiveness means often a consuming vanity , overwhelming

一个 伟大的 交易 的 吸引力 方法 经常 一个 消费 虚荣 , 压倒

[dɪ'sepʃn] , [æn; ən][ɪn'seɪʃəb(ə)l][dɪ'zaɪə(r)][tuː; tə] [pliːz] ,

deception , an insatiable desire to please ,

欺骗 , 一个 贪得无厌 欲望 到 请 ,

极高的外貌吸引力往往意味着极度的虚荣心、难以掩盖的欺骗行为以及永不满足的取悦他人的欲望。

[ə; eɪ][fɪə(r)][ɒv; əv] ['biːɪŋ] [ˌʌnə'priːʃieɪtɪd] , [ə; eɪ] [lɒs] [ɒv; əv] [piːs] , [də'mestɪk] [laɪf] [mʌtʃ] [nɪ'glektɪd] .

a fear of being unappreciated , a loss of peace , domestic life much neglected .

一个 害怕 的 存在 未被赏识 , 一个 损失 的 和平 , 国内的 生活 很多 被忽视的 .

害怕不被赏识，失去内心的平静，家庭生活被严重忽视。

[ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ɒv; əv] [welθ] [ænd; ənd] [sək'ses] [ɪz][ðə; ðɪ] [kɔːz] [ɒv; əv] ['lʌkʃəri] [ðæt] [in'fiːbl] , [lɒs]

A great deal of wealth and success is the cause of luxury that enfeebles , loss

一个 伟大的 交易 的 财富 和 成功 是 这 原因 的 奢华 那 虚弱 , 损失

[ɒv; əv][kɑːm] ,

of calm ,

的 冷静的 ,

大量的财富和成功会导致奢靡之风，使人虚弱，失去平静。

['kwaɪət] ['hæpinəs] , [lɒs] [ɒv; əv] [lʌv] , ['liːvɪŋ] ['əʊnli][ðə; ðɪ] ['flætəri] [ðæt] ['kæptiveit] .

quiet happiness , loss of love , leaving only the flattery that captivates .

安静的 幸福 , 损失 的 爱 , 离开 仅有的 这 奉承 那 引人入胜 .

平静的幸福，爱情的逝去，只剩下令人着迷的奉承。

[nəʊ] , [nəʊ] , [maɪ] [tʃaɪld] , ['nevə(r)] [lɒŋ] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ɪn] [ðɪs] [laɪf] ,

No	,	**no**	,	**my**	**child**	,	**never**	**long**	**for**	**a**	**great**	**deal**	**in**	**this**	**life**	,
不	,	不	,	我的	孩子	,	绝不	长的	为了	一个	伟大的	交易	在	这	生活	,

不，不，我的孩子，永远不要贪恋今生的很多东西。

[ən'les] [ˌaɪ 'tiː] [biː; bi] [fɔː(r); fə(r)] [mʌtʃ] [fɔː'beərəns] , [mʌtʃ] ['gʊdnəs] .

unless	**it**	**be**	**for**	**much**	**forbearance**	,	**much**	**goodness**	.
除非	它	是	为了	很多	宽容	,	很多	善良	.

除非是出于极大的宽容和善行。

[ænd; ənd] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [gɑːdz] [wɪl] [tuː; tə] [gɪv] [juː; jʊ] [mʌtʃ] [ɒv; əv] ['eniθɪŋ] , [ðen] , [əʊ] ,

And	**if**	**it**	**should**	**be**	**God's**	**Will**	**to**	**give**	**you**	**much**	**of**	**anything**	,	**then**	,	**oh**	,
和	如果	它	应该	是	神的	将要	到	给	你	很多	的	任何事物	,	然后	,	哦	,

如果上帝的旨意是赐予你很多东西，那么，哦，

[preɪ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] ['nevə(r)] [biː; bi] [tuː; tə] [jɔː(r); jə(r)] [ˌkɒndem'neɪʃ(ə)n] !

pray	**it**	**may**	**never**	**be**	**to**	**your**	**condemnation**	**!**
祈祷	它	可能	绝不	是	到	你的	谴责	!

祈祷这永远不会给你带来厄运！

[ɪz] ['pæʃənətli] [ðə; ði] [wɜːd] [juː; jʊ] [lɒŋ] [fɔː(r); fə(r)] ?

Is	**Passionately**	**the**	**word**	**you**	**long**	**for**	**?**
是	热情地	这	单词	你	长的	为了	?

你渴望用“热情”这个词吗?

['pæʃənətli] !

Passionately	**!**
热情地	!

热情洋溢！

[əʊ] , [ðə; ði] [hɑːm] [ðæt] [ɪz] [dʌn] [baɪ] [ðæt] [wɜːd] !

oh	,	**the**	**harm**	**that**	**is**	**done**	**by**	**that**	**word**	**!**
哦	,	这	伤害	那	是	完毕	经过	那	单词	!

哦，这个词造成的伤害太大了！

[ðeə(r)] [ɪz] ['sʌmθɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [θɔːt] [ɒv; əv] [ˌaɪ 'tiː] [ðæt] [meɪks] [ˌem 'iː] ['ʃʌdə(r)] .

there	**is**	**something**	**in**	**the**	**thought**	**of**	**it**	**that**	**makes**	**me**	**shudder**	**.**
那里	是	某物	在	这	想法	的	它	那	制作	我	不寒而栗	.

想到这件事，我就不寒而栗。

['pæʃənətli] [miːnz] ['trænspɔːt] , ['frenzi] , [ɪk'ses] [ɪn] ['evriθɪŋ] .

Passionately	**means**	**transport**	,	**frenzy**	,	**excess**	**in**	**everything**	**.**
热情地	方法	运输	,	狂热	,	过量的	在	一切	.

热情意味着投入、狂热、在各方面都做到极致。

[ðə; ði] [laɪf] [ðæt] [ðə; ði] [wɜːd] ['pæʃənətli] [dɪ'skraɪbz] [mʌst; məst] [biː; bi] [ə; eɪ] [laɪf] [fʊl] [ɒv; əv] [rɪsks]

The	**life**	**that**	**the**	**word**	**passionately**	**describes**	**must**	**be**	**a**	**life**	**full**	**of**	**risks**
这	生活	那	这	单词	热情地	描述	必须	是	一个	生活	满的	的	风险

[ænd; ənd] ['deɪndʒəz] ;

and	**dangers**	**;**
和	危险	;

这个词所描述的生活，必定是充满风险和危险的生活；

[ænd; ənd] [ɪf] , [baɪ] ['lɪt(ə)l] [ʃɔːt] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['mɪrək(ə)l] , ['nʌθɪŋ] ['aʊtwədli] [rɒŋ] [ə'pɪəz] ,

and	**if**	,	**by**	**little**	**short**	**of**	**a**	**miracle**	,	**nothing**	**outwardly**	**wrong**	**appears**	,
和	如果	,	经过	小的	短的	的	一个	奇迹	,	没有什么	向外	错误的	出现	,

如果奇迹般地，表面上没有任何异常，

[ðə; ði] ['ɪnə(r)] [laɪf] [mʌst; məst] [rɪ'zemb(ə)l] [ə; eɪ] ['pæləs] ['rævidʒ] [baɪ] ['faɪə(r)] ,

the	**inner**	**life**	**must**	**resemble**	**a**	**palace**	**ravaged**	**by**	**fire**	,
这	内	生活	必须	类似	一个	宫殿	饱受蹂躏	经过	火	,

内心的生活一定如同被大火焚毁的宫殿一般。

[weə(r)] [ðə; ði]['streɪndʒə(r)] [siːz] ['nʌθɪŋ] [bʌt; bət] [krækt] [wɔːlz] , ['blækənd] ['fɜːnɪtʃə(r)] , [ænd; ənd]

where	the	stranger	sees	nothing	but	cracked	walls	,	blackened	furniture	,	and
在哪里	这	陌生人	看到	没有什么	但	裂纹	墙壁	,	变黑	家具	,	和

['dreɪpəri] ['hæŋɪŋ] [ɪn] [ʃredz] .

drapery	hanging	in	shreds	.
布料	绞刑	在	碎屑	.

陌生人看到的只有斑驳的墙壁、烧焦的家具和破烂不堪的窗帘。

[maɪ] [tʃaɪld] , [aɪ] [wʊd] [prɪ'fɜː(r)][fɔː(r); fə(r)][juː; jʊ][ðə; ði] [wɜːdz] [nɒt][æt; ət][ɔːl] , [æz; əz] [ə'plaɪd] [tuː; tə]

My	child	,	I	would	prefer	for	you	the	words	not	at	all	,	as	applied	to
我的	孩子	,	我	会	更喜欢	为了	你	这	字	不是	在	全部	,	作为	应用	到

['fɔːtʃuːn] ,

fortune	,
财富	,

孩子，我更希望你用“一点也不”来形容命运。

[ɪk'stɜːn(ə)l] [tʃɑːms] , [ænd; ənd][ɔːl] [ðæt] [gəʊz][baɪ][ðə; ði] [neɪm] [ɒv; əv]['glɔːri] , [sək'ses] , [ænd; ənd]

external	charms	,	and	all	that	goes	by	the	name	of	glory	,	success	,	and
外部的	魅力	,	和	全部	那	去	经过	这	姓名	的	荣耀	,	成功	,	和

[ˌfæsɪ'neɪʃ(ə)n] [ɪn][ðə; ði] [wɜːld] .

fascination	in	the	world	.
魅力	在	这	世界	.

外在的魅力，以及世间一切与荣耀、成功和魅力相关的事物。

[aɪ] [nəʊ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [siːm] [ə; eɪ] [hɑːd] ['sentəns] , [ɪnv'ɒlvɪŋ] [ə; eɪ] [kən'tɪnjuəl] [self] - [dɪ'naɪəl] ,

I	know	it	may	seem	a	hard	sentence	,	involving	a	continual	self	-	denial	,
我	知道	它	可能	似乎	一个	难的	句子	,	涉及	一个	持续的	自己	-	拒绝	,

我知道这似乎是一个很难执行的判决，需要持续的自我克制。

[ænd; ənd] [ɪg'zæktɪŋ] [ɪn'ses(ə)nt] [hɑːd] ['leɪbə(r)][tuː; tə] [əb'teɪn] [ðə; ði][beə(r)] [nə'sesəti] [ɒv; əv] [laɪf] [fɔː(r); fə(r)]

and	exacting	incessant	hard	labor	to	obtain	the	bare	necessities	of	life	for
和	严格	不停歇	难的	劳动	到	获得	这	裸	必需品	的	生活	为了

[ðəʊz] [wiː; wi] [lʌv] .

those	we	love	.
那些	我们	爱	.

并为我们所爱的人获取基本生活必需品而进行艰苦卓绝的劳动。

[bʌt; bət][duː; də] [nɒt] [biː; bi] [ə'freɪd] [ɒv; əv] [ˌaɪ 'tiː] .

But	do	not	be	afraid	of	it	.
但	做	不是	是	害怕的	的	它	.

但不要害怕它。

[gɒd] ['nevə(r)] [liːvz] [hɪz; ɪz] ['kriːtʃəz] [ɪn] ['æbsəluːt] [niːd] .

God	never	leaves	His	creatures	in	absolute	need	.
上帝	绝不	树叶	他的	生物	在	绝对	需要	.

上帝从不让祂的造物处于绝对匮乏的状态。

[gɒd] [meɪ] [dɪ'praɪv] [ə; eɪ] [feɪs] [ɒv; əv] ['bjuːti] , [ə; eɪ] ['kærəktə(r)] [ɒv; əv] [ˌeɪmiə'bɪlətɪ] , [ə; eɪ][maɪnd][ɒv; əv]

God	may	deprive	a	face	of	beauty	,	a	character	of	amiability	,	a	mind	of
上帝	可能	剥夺	一个	脸	的	美丽	,	一个	特点	的	和蔼	,	一个	头脑	的

['brɪljənsi] ,

brilliancy	,
才华横溢	,

上帝可能会剥夺一张美丽的脸庞、一个和蔼可亲的性格、一个才华横溢的头脑。

[bʌt; bət][hiː; hi] [wɪl] ['nevə(r)] [teɪk] [ə'weɪ] [ə; eɪ] [hɑːt] [ɒv; əv] [lʌv] ; [wɪð] [ðə; ði]['fæk(ə)lti][ɒv; əv] ['lʌvɪŋ] ,

but	He	will	never	take	away	a	heart	of	love	;	with	the	faculty	of	loving	,
但	他	将要	绝不	拿	离开	一个	心	的	爱	;	和	这	学院	的	爱	,

但他永远不会夺走一颗充满爱的心；拥有爱的能力，

[hiː; hi] [ædz] [ðə; ði]['paʊə(r)][ɒv; əv] [preə(r)] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['prɒmɪs] ['ɔːlweɪz] [tuː; tə]['lɪs(ə)n][tuː; tə][ænd; ənd]

He	adds	the	power	of	prayer	,	and	the	promise	always	to	listen	to	and
他	添加	这	力量	的	祷告	,	和	这	承诺	总是	到	听	到	和

['ɑːnsə(r)] [ˌaɪ 'tiː] .

answer	it	.
回答	它	.

他还补充说，祷告的力量不容小觑，并且上帝承诺永远聆听并回应祷告。

[æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz][wiː; wi][kæn; kən] [lʌv] [ænd; ənd] [preɪ] , [laɪf][hæz; həz] [tʃɑːms] [fɔː(r); fə(r)][ˌjuː 'es] .

As	long	as	we	can	love	and	pray	,	life	has	charms	for	us	.
作为	长的	作为	我们	能	爱	和	祈祷	,	生活	有	魅力	为了	我们	.

只要我们还能爱和祈祷，生活就会充满美好。

[lʌv] [pɹədj'uːsɪz] [dɪ'vəʊʃn] , [ænd; ənd] [dɪ'vəʊʃn] [brɪŋz] ['hæpinəs] , ['iːv(ə)n] [ðəʊ] [wiː; wi] [meɪ] [nɒt]

Love	produces	devotion	,	and	devotion	brings	happiness	,	even	though	we	may	not
爱	产	虔诚	,	和	虔诚	带来	幸福	,	甚至	尽管	我们	可能	不是

[ˌʌndə'stænd] [ˌaɪ 'tiː] .

understand	it	.
理解	它	.

爱产生奉献，奉献带来幸福，即使我们可能无法理解这种幸福。

[ɪn] [preə(r)] [wiː; wi] [fiːl] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [bɪ'lʌvɪd] ; [ænd; ənd][ðə; ði] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd] , [əʊ] ,

In	prayer	we	feel	we	are	beloved	;	and	the	love	of	God	,	oh	,
在	祷告	我们	感觉	我们	是	心爱	;	和	这	爱	的	上帝	,	哦	,

在祈祷中，我们感到自己被爱；而神的爱，哦，

[ɪf] ['əʊnli][juː; jʊ] [nju:] [haʊ] [ˌaɪ 'tiː] ['kɔmpenseits] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [ɪn'dɪfrəns] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['feləʊ] -

if	only	you	knew	how	it	compensates	for	the	indifference	of	our	fellow	-
如果	仅有的	你	知道	如何	它	补偿	为了	这	漠不关心	的	我们的	同伴	-

['kriːtʃəz] !

creatures	!
生物	!

如果你知道它如何弥补了我们同类的冷漠就好了！

[ðeə(r)] [naʊ] ['əʊnli] [rɪ'meɪnz] [tuː; tə][ˌjuː 'es][ðə; ði][lɑːst] [wɜːdz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['deɪzi] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] !

There	now	only	remains	to	us	the	last	words	of	the	daisy	,	a	little	!
那里	现在	仅有的	遗迹	到	我们	这	最后的	字	的	这	雏菊	,	一个	小的	!

现在留给我们的只有雏菊的最后遗言：一点点！

[ðə; ði] ['lʌvɪŋ] ['fɑːðəli] ['ɑːnsə(r)] [gɒd] [hæz; həz]['gɪv(ə)n][tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] ['tʃaɪldɪʃ] [ˌkjʊəri'ɒsəti] .

the	loving	fatherly	answer	God	has	given	to	your	childish	curiosity	.
这	爱	父爱	回答	上帝	有	给定	到	你的	幼稚	好奇心	.

这是上帝对你孩童般好奇心的慈父般的回答。

[ək'sept] [ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː][ðə; ði]['mɒtəʊ][ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)][laɪf] !

Accept	it	,	and	make	it	the	motto	of	your	life	!
接受	它	,	和	制作	它	这	座右铭	的	你的	生活	!

接受它，并把它作为你的人生格言！

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ; [ˌmɒdə'reɪʃ(ə)n][ɪn] [welθ] [ænd; ənd] ['fɔːtʃuːn] , [ə; eɪ] [kən'dɪʃn] [ðæt] ['prɒmɪsɪz] [ðə; ði][məʊst]

A	little	;	moderation	in	wealth	and	fortune	,	a	condition	that	promises	the	most
一个	小的	;	适度	在	财富	和	财富	,	一个	状况	那	承诺	这	最多

['piːsf(ə)l] [laɪf] ,

peaceful	life	,
和平	生活	,

少即是多；财富和境遇保持适度，这是获得最平静生活的状态。

[friː] [frɒm; frəm][æŋˈzaɪəti][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['fjuːtʃə(r)] — ['daʊtləs] [riˈkwaiə] ['deɪli] ['djuːtiz] , [bʌt; bət]

free	from	anxiety	for	the	future	—	doubtless	requiring	daily	duties	,	but
自由的	从	焦虑	为了	这	未来	—	毫无疑问	需要	日常的	职责	,	但

[pəˈmitɪŋ] ['meni] ['ɪnəs(ə)nt] [ɪnˈdʒɔɪmənt] .

permitting	many	innocent	enjoyments	.
允许	许多	清白的	享受	.

不必为未来焦虑——虽然需要承担日常责任，但也允许享受许多无伤大雅的乐趣。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ; [ˌmɒdəˈreɪʃ(ə)n][ɪn]['aʊə(r)] [dɪ'zaɪr] , [kən'tentmənt] [wɪð] [wɒt] [wiː; wi] [pə'zes] , ['meɪkɪŋ] [ðə; ði]

A	little	;	moderation	in	our	desires	,	contentment	with	what	we	possess	,	making	the
一个	小的	;	适度	在	我们的	欲望	,	满意	和	什么	我们	具有	,	制作	这

[məʊst][pv; əv][ˌaɪ ˈtiː] ,

most	of	it	,
最多	的	它	,

少许；节制欲望，知足常乐，充分利用所拥有的一切。

[ænd; ənd] [rɪ'presɪŋ] [ɔːl] [veɪn] [driːmz] [pv; əv][ə; eɪ][mɔː(r)] ['brɪliənt] [pə'zɪʃ(ə)n] , [ə; eɪ][mɔː(r)] [ɪk'stendɪd]

and	repressing	all	vain	dreams	of	a	more	brilliant	position	,	a	more	extended
和	压制	全部	徒劳	梦境	的	一个	更多的	杰出的	位置	,	一个	更多的	扩展

[ˌrepjuˈteɪʃ(ə)n] ,

reputation	,
名声	,

并压抑所有关于更显赫地位、更显赫名望的虚妄梦想，

[ə; eɪ][mɔː(r)] ['feɪməs] [neɪm] .

a	more	famous	name	.
一个	更多的	著名的	姓名	.

一个更知名的名字。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ; [ðə; ði] [ə'fekʃn] [pv; əv][ə; eɪ] [hɑːt] [dɪ'vəʊtɪd] [tuː; tə]['djuːti] , [ænd; ənd] ['kɪndlɪŋ] [dʒɔɪ][ɪn][ðə; ði]

A	little	;	the	affection	of	a	heart	devoted	to	duty	,	and	kindling	joy	in	the
一个	小的	;	这	感情	的	一个	心	奉献	到	责任	,	和	引火物	喜悦	在	这

['fæməli]['sɜːk(ə)l] ,

family	circle	,
家庭	圆圈	,

一点点；一颗尽职尽责的心所蕴含的爱，以及在家庭中燃起的欢乐。

[kəm'pəʊzd] [pv; əv] ['kɪndrəd] [tuː; tə] [lʌv] , [frendz] [tuː; tə] [tʃɪə(r)] , [pɔː(r); pʊə(r)][tuː; tə] ['sʌkə(r)] , [hɑːts]

composed	of	kindred	to	love	,	friends	to	cheer	,	poor	to	succor	,	hearts
由	的	亲属	到	爱	,	朋友们	到	欢呼	,	贫穷的	到	救助	,	心

[tuː; tə] ['streŋ(k)θn] , ['sʌfərɪŋz] [tuː; tə] [ə'liːvieɪt] .

to	strengthen	,	sufferings	to	alleviate	.
到	加强	,	苦难	到	减轻	.

由亲人相爱、朋友鼓励、穷人救助、心灵慰藉、苦难缓解组成。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ; [ə; eɪ] [teɪst] [fɔː(r); fə(r)][ɔːl] [ðæt] [ɪz] ['bjuːtɪf(ə)l] , — [bʊks] , [wɜːks] [pv; əv] [ɑːt] , ['mjuːzɪk] ,

A	little	;	a	taste	for	all	that	is	beautiful	,	—	books	,	works	of	art	,	music	,
一个	小的	;	一个	品尝	为了	全部	那	是	美丽的	,	—	图书	,	作品	的	艺术	,	音乐	,

一点点；对一切美好事物的品味——书籍、艺术作品、音乐，

[nɒt] ['meɪkɪŋ] [ˌjuː 'es]['aɪdli] [driːm] [pv; əv] [feɪm] , [bʌt; bət] ['sɪmpli] [prə'vaɪdɪŋ] [ɪn'dʒɔɪmənt] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]

not	making	us	idly	dream	of	fame	,	but	simply	providing	enjoyment	for	the
不是	制作	我们	闲散地	梦	的	名声	,	但	简单地	提供	享受	为了	这

[maɪnd] ,

mind	,
头脑	,

不是让我们空想成名，而只是为心灵提供愉悦。

[ɔːl][ðə; ði][mɔː(r)] [kiːn] , [æz; əz][ðə; ði] ['deɪli] [tɔɪl] ['rendəz] [ðə; ði] [ə'keɪʒnz] [reə(r)] .

all	the	more	keen	,	as	the	daily	toil	renders	the	occasions	rare	.
全部	这	更多的	敏锐的	,	作为	这	日常的	辛劳	渲染	这	场合	稀有的	.

正因日常辛劳，这样的机会才显得格外珍贵。

[duː; də][juː; jʊ] [siː] , [maɪ][tʃaɪld] , [haʊ] [mʌtʃ] [meɪ] [laɪ] [bɪ'niːθ] [ðəʊz] ['sɪmp(ə)l] [wɜːdz] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ,

Do	you	see	,	my	child	,	how	much	may	lie	beneath	those	simple	words	,	a	little	,
做	你	看	,	我的	孩子	,	如何	很多	可能	说谎	下面	那些	简单的	字	,	一个	小的	,

孩子，你明白吗？在这简单的几个字背后，可能蕴藏着多少东西。

[ðæt] [ðə; ði] ['deɪzi] [geɪv] [juː; jʊ] , [ænd; ənd] [ðæt] [juː; jʊ] [siːm] [səʊ] [mʌtʃ] [tuː; tə] [dɪ'spaɪz] !

that	the	daisy	gave	you	,	and	that	you	seem	so	much	to	despise	!
那	这	雏菊	给予	你	,	和	那	你	似乎	所以	很多	到	鄙视	!

雏菊送给你的，而你似乎却如此厌恶它！

['nevə(r)] [skɔːn] ['eniθɪŋ] [ðæt] [siːm] ['wɒntɪŋ] [ɪn] ['brɪljənsi] , [ænd; ənd] [rɪ'membə(r)] [tuː; tə][biː; bi] ['riːəli]

Never	scorn	anything	that	seems	wanting	in	brilliancy	,	and	remember	to	be	really
绝不	轻蔑	任何事物	那	似乎	想要	在	才华横溢	,	和	记住	到	是	真的

['hæpi] [wiː; wi][mʌst; məst][hæv; həv] —

happy	we	must	have	—
快乐的	我们	必须	有	—

永远不要轻视任何看起来不够出色的事物，并且要记住，我们必须真正地为拥有它们而感到高兴——

[mɔː(r)] ['vɜːtʃuː] [ðæn; ðən] ['nɒlɪdʒ] ,

More	virtue	than	knowledge	,
更多的	美德	比	知识	,

德行重于知识，

[mɔː(r)] [lʌv] [ðæn; ðən] ['tendənəs] ,

More	love	than	tenderness	,
更多的	爱	比	压痛	,

爱意多于温柔，

[mɔː(r)] ['gaɪd(ə)ns] [ðæn; ðən] ['klevənəs] ,

More	guidance	than	cleverness	,
更多的	指导	比	聪明才智	,

指导多于聪明才智

[mɔː(r)] [helθ] [ðæn; ðən] ['rɪtʃɪz] ,

More	health	than	riches	,
更多的	健康	比	财富	,

健康比财富更重要。

[mɔː(r)] [rɪ'pəʊz] [ðæn; ðən] ['prɒfɪt] .

More	repose	than	profit	.
更多的	休息	比	利润	.

追求的是安宁而非利润。

['sɪksθ] .

VI	.
六年级	.

六、

[iːtʃ] [deɪ] [ɪz] [laɪk] [ə; eɪ] ['fʌrəʊ] ['laɪɪŋ] [bɪ'fɔː(r)] [ˌjuː 'es] ; ['aʊə(r)] [θɔːts] , [dɪ'zaɪr] ,

Each	day	is	like	a	furrow	lying	before	us	;	our	thoughts	,	desires	,
每个	天	是	喜欢	一个	畦	说谎	前	我们	;	我们的	想法	,	欲望	,

每一天都像摆在我们面前的一道犁沟；我们的思想、欲望、

[ænd; ənd]['ækʃ(ə)nz][ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [siːd] [ðæt] [iːtʃ] ['mɪnɪt] [wiː; wi][drɒp]['ɪntuː][ˌaɪ 'tiː] , [wɪ'ðaʊt] ['siːmɪŋ]

and	actions	are	the	seed	that	each	minute	we	drop	into	it	,	without	seeming
和	行动	是	这	种子	那	每个	分钟	我们	降低	进入	它	,	没有	似乎

[tuː; tə] [pə'siːv] [ˌaɪ 'tiː] .

to	perceive	it	.
到	感知	它	.

而行动，就像种子一样，我们每时每刻都在不知不觉中播撒到种子之中。

[ðə; ði] ['fʌrəʊ] ['fɪnɪʃt] , [wiː; wi] [kə'mens] [ə'pɒn] [ə'nʌðə(r)] , [ðen] [ə'nʌðə(r)] , [ænd; ənd] [ə'gen] [ə'nʌðə(r)]

The	furrow	finished	,	we	commence	upon	another	,	then	another	,	and	again	another
这	畦	完成的	,	我们	开始	之上	其他	,	然后	其他	,	和	再次	其他

;

;

;

犁完一垄，我们又开始犁另一垄，再犁一垄，再犁一垄；

[iːtʃ] [deɪ] ['prez(ə)nts] [ə; eɪ] [freʃ] [wʌn] , [ænd; ənd] [səʊ] [ɒn] [tuː; tə] [ðə; ði] [end] [ɒv; əv] [laɪf] . . .

each	day	presents	a	fresh	one	,	and	so	on	to	the	end	of	life	.	.	.
每个	天	礼物	一个	新鲜的	一	,	和	所以	在	到	这	结尾	的	生活	.	.	.

每一天都是崭新的一天，如此循环往复，直至生命终结……

['səʊɪŋ] , ['evə(r)] ['səʊɪŋ] .

sowing	,	ever	sowing	.
播种	,	曾经	播种	.

播种，永不停息地播种。

[ænd; ənd] [ɔːl] [wiː; wi] [hæv; həv] [səʊn] [sprɪŋz] [ʌp] , [grəuz] [ænd; ənd] [beəz] [fruːt] , ['ɔːlməʊst] [ˌʌn'nəʊn]

And	all	we	have	sown	springs	up	,	grows	and	bears	fruit	,	almost	unknown
和	全部	我们	有	播种	弹簧	向上	,	生长	和	熊	水果	,	几乎	未知

[tuː; tə] [ˌjuː 'es] ;

to	us	;
到	我们	;

我们所播种的一切，都会发芽、生长、结果，而我们却几乎毫不知情；

['iːv(ə)n] [ɪf] [baɪ] [tʃɑːns] [wiː; wi] [kɑːst] [ə; eɪ] ['bækwəd] [glɑːns] [wiː; wi] [feɪl] [tuː; tə] ['rekəgnaɪz] ['aʊə(r)] [wɜːk] .

even	if	by	chance	we	cast	a	backward	glance	we	fail	to	recognize	our	work	.
甚至	如果	经过	机会	我们	投掷	一个	落后	瞥一眼	我们	失败	到	认出	我们的	工作	.

即使我们偶然回头看一眼，也未必能认出自己的作品。

[bɪ'haɪnd] [ˌjuː 'es] ['eɪndʒəls] [ænd; ənd] ['diːmənz] , [laɪk] ['gliːnə] , ['gæðə(r)] [tə'geðə(r)] [ɪn] [ʃiːvz] [ɔːl] [ðæt]

Behind	us	angels	and	demons	,	like	gleaners	,	gather	together	in	sheaves	all	that
在后面	我们	天使	和	恶魔	,	喜欢	拾穗者	,	收集	一起	在	捆	全部	那

[bi'lɔŋz] [tuː; tə] [ðem; ðəm] .

belongs	to	them	.
属于	到	他们	.

在我们身后，天使和魔鬼如同拾穗者，将属于他们的一切都收集成捆。

['evri] [naɪt] [ðeə(r)] [stɔː(r)] [ɪz] [ɪn'kriːst] .

Every	night	their	store	is	increased	.
每一个	夜晚	他们的	店铺	是	增加	.

他们的仓库每晚都在扩建。

[ðeɪ] [prɪ'zɜːv] [ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] [æt; ət] [ðə; ði] [lɑːst] [deɪ] [wɪl] ['prez(ə)nt] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [ðeə(r)] ['mɑːstə(r)] .

They	preserve	it	,	and	at	the	last	day	will	present	it	to	their	Master	.
他们	保存	它	,	和	在	这	最后的	天	将要	展示	它	到	他们的	掌握	.

他们会保存它，并在末日把它献给他们的主。

[ɪz] [ðeə(r)] [nɒt] [ə; eɪ] [θɔːt] [ɪn] [ðɪs] [ðæt] [ʃʊd; ʃəd] [meɪk] [ˌjuː 'es] [rɪ'flekt] ?

Is	there	not	a	thought	in	this	that	should	make	us	reflect	?
是	那里	不是	一个	想法	在	这	那	应该	制作	我们	反映	?

难道这件事不值得我们深思吗?

[sevn] .

VII	.
七	.

七、

" [lɜːn] [ɒv; əv] [ˌem 'iː] , [fɔː(r); fə(r)] [ai] [ˌeɪ 'em] [miːk] [ænd; ənd] ['ləʊli] [ɒv; əv] [hɑːt]

"	Learn	of	Me	,	for	I	Am	Meek	and	Lowly	of	Heart
"	学习	的	我	,	为了	我	是	温顺	和	卑微的	的	心

“你们当效法我，因为我心里柔和谦卑。”

" [ðɪs] [ɪz][ə; eɪ]['sɪmp(ə)l] [ruːl] [ɒv; əv][laɪf][fɔː(r); fə(r)][ˌem 'iː] , [ri'kwaiə] [nəʊ][mɔː(r)][ðæn; ðən][ai][ˌeɪ 'em]['eɪb(ə)l]

"	This	is	a	simple	rule	of	life	for	me	,	requiring	no	more	than	I	am	able
"	这	是	一个	简单的	规则	的	生活	为了	我	,	需要	不	更多的	比	我	是	有能力的

;

;

;

“对我来说，这是一条简单的生活准则，即不要求我做我力所及的事情；

[bʌt; bət][ai] [fiːl] [ˌaɪ 'tiː][juˈnaɪts][ˌem 'iː][tuː; tə][gɒd] , [meɪks] [ˌem 'iː][mɔː(r)] [dɪ'vəʊt] , [mɔː(r)] ['feɪθf(ə)l] [tuː; tə]

but	I	feel	it	unites	me	to	God	,	makes	me	more	devout	,	more	faithful	to
但	我	感觉	它	联合	我	到	上帝	,	制作	我	更多的	虔诚的	,	更多的	忠实	到

['djuːti] ,

duty	,
责任	,

但我感觉它让我与上帝更加紧密地联系在一起，让我更加虔诚，更加忠于职守。

[mɔː(r)] ['redi] [fɔː(r); fə(r)] [deθ] .

more	ready	for	death	.
更多的	准备好	为了	死亡	.

更坦然面对死亡。

[sɪns] [ai][hæv; həv] [meɪd] [ˌaɪ 'tiː][maɪ] [ruːl] , [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [biːn] [tuː; tə][ˌem 'iː][ə; eɪ] [sɔːs] [ɒv; əv]

Since	I	have	made	it	my	rule	,	it	has	been	to	me	a	source	of
自从	我	有	制成	它	我的	规则	,	它	有	到过	到	我	一个	来源	的

[ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n] ,

consolation	,
安慰	,

自从我将此作为我的原则以来，它就成了我的慰藉。

[ɪn'laɪt(ə)nmənt] , [ænd; ənd] [streŋθ] ; [ænd; ənd] [jet] [gɒd] [ə'ləʊn] [nəʊz] [haʊ] [fʊl] [ɒv; əv][peɪn][maɪ][laɪf]

enlightenment	,	and	strength	;	and	yet	God	alone	knows	how	full	of	pain	my	life
启示	,	和	力量	;	和	然而	上帝	独自的	知道	如何	满的	的	疼痛	我的	生活

[hæz; həz] [biːn] !

has	been	!
有	到过	!

启迪和力量；然而只有上帝才知道我的一生充满了痛苦！

[dɪə(r)] [frendz] , [huː] , [laɪk][maɪ'self] , [lɒŋ] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] ['həʊli] ,

Dear	friends	,	who	,	like	myself	,	long	to	become	holy	,
亲爱的	朋友们	,	WHO	,	喜欢	我	,	长的	到	变得	圣	,

亲爱的朋友们，你们和我一样渴望成为圣洁的人，

[ai] [kə'mend] [ðɪs] ['sentəns] [tuː; tə][juː; jʊ][ɪn][ɔːl][ɪts] [sɪm'plɪsəti] ; ['lɪs(ə)n] ,

I	commend	this	sentence	to	you	in	all	its	simplicity	;	listen	,
我	表彰	这	句子	到	你	在	全部	它是	简单	;	听	,

我向你推荐这句话，它简洁明了；请听，

[fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː] ['kɒmz] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['lʌvɪŋ] [hɑːt] [ɒv; əv]['dʒiːzəs] , [ˌaɪ 'tiː] [fel] [frɒm; frəm][hɪz; ɪz]

for	it	comes	from	the	loving	Heart	of	Jesus	,	it	fell	from	His
为了	它	来	从	这	爱	心	的	耶稣	,	它	跌倒	从	他的

['dʒent(ə)l] [lɪps] : —

gentle	Lips	:	—
温和的	嘴唇	:	—

因为它源自耶稣慈爱的圣心，源自祂温柔的唇间：

" [lɜːn] [ɒv; əv][ˌem 'iː] , [fɔː(r); fə(r)][ai][ˌeɪ 'em] [miːk] [ænd; ənd] ['ləʊli] [ɒv; əv] [hɑːt] .

"	Learn	of	Me	,	for	I	am	meek	and	lowly	of	heart	.
"	学习	的	我	,	为了	我	是	温顺	和	卑微的	的	心	.

“你们当效法我，因为我心里柔和谦卑。”

" [ai] . [biː; bi] Meek1 .

"	I	.	Be	Meek1	.
"	我	.	是	Meek1	.

“我。要谦逊1。

[miːk] [təˈwɔːdz] [gɒd]

MEEK	TOWARDS	GOD
温顺	向	上帝

对上帝谦卑

['lɪvɪŋ] [frɒm; frəm] [deɪ] [tuː; tə] [deɪ] [bɪˈniːθ] [hɪz; ɪz] [aɪ] ,

Living	from	day	to	day	beneath	His	Eye	,
活的	从	天	到	天	下面	他的	眼睛	,

日复一日地生活在祂的注视之下，

[ænd; ənd] [weə(r)] [ɔːl] [θɪŋz] [ɑː(r); ə(r)] ['ɔːdəd] [baɪ][ə; eɪ] [dɪ'vaɪn] ['prɒvɪdəns] .

and	where	all	things	are	ordered	by	a	Divine	Providence	.
和	在哪里	全部	事物	是	订购	经过	一个	神圣的	普罗维登斯	.

万物皆由神圣的旨意安排。

[æz; əz] ['keəfəli] [æz; əz][ə; eɪ] ['mʌðə(r)] [ə'reindʒ] [ðə; ði] [ruːm] [weə(r)] [hɜː(r); hə(r)] [tʃaɪld] [wɪl] [pɑːs] [ðə; ði]

As	carefully	as	a	mother	arranges	the	room	where	her	child	will	pass	the
作为	小心	作为	一个	母亲	安排	这	房间	在哪里	她	孩子	将要	经过	这

[deɪ] ,

day	,
天	,

就像母亲精心布置孩子一天要待的房间一样，

[dʌz] [gɒd] [prɪ'peə(r)] [iːtʃ] ['aʊə(r)] [ðæt] ['əupənz] [bɪ'fɔː(r)] [ˌem 'iː] .

does	God	prepare	each	hour	that	opens	before	me	.
做	上帝	准备	每个	小时	那	打开	前	我	.

上帝是否为我预备了每一个即将到来的时刻?

[wɒt'evə(r)] [hæz; həz][tuː; tə][biː; bi] [dʌn] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz][hɪz; ɪz] [wɪl] [ðæt] [ai] [ʃʊd; ʃəd] [duː; də][ˌaɪ 'tiː] ;

Whatever	has	to	be	done	,	it	is	His	Will	that	I	should	do	it	;
任何	有	到	是	完毕	,	它	是	他的	将要	那	我	应该	做	它	;

无论必须做什么，都是祂的旨意，我应该去做；

[ænd; ənd][ɪn]['ɔːdə(r)] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [dʌn] [wel] , [hiː; hi] [prə'vaɪdz] [ðə; ði] ['nesəsəri] [taɪm] ,

and	in	order	that	it	should	be	done	well	,	He	provides	the	necessary	time	,
和	在	命令	那	它	应该	是	完毕	出色地	,	他	提供	这	必要的	时间	,

[ɪn'telɪdʒəns] ,

intelligence	,
智力	,

为了使这件事能够做好，祂提供了必要的时间、智慧，

['æptɪtjuːd] , [ænd; ənd] ['nɒlɪdʒ] .

aptitude	,	and	knowledge	.
能力倾向	,	和	知识	.

天赋和知识。

[wɒt'evə(r)] [ɒv; əv] ['sʌfərɪŋ] ['prez(ə)nts] [ɪt'self] , [hiː; hi] [ik'spekt] [ˌem 'iː][tuː; tə][beə(r)][ˌaɪ 'tiː] ,

Whatever	of	suffering	presents	itself	,	He	expects	me	to	bear	it	,
任何	的	痛苦	礼物	本身	,	他	预期	我	到	熊	它	,

无论遭遇何种苦难，祂都期望我承受。

['iːv(ə)n] [ðəʊ] [ai] [meɪ] [nɒt] [siː] ['eni] ['riːz(ə)n] [fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː] ;

even	though	I	may	not	see	any	reason	for	it	;
甚至	尽管	我	可能	不是	看	任何	原因	为了	它	;

即使我可能看不到任何理由；

[ænd; ənd] [ɪf] [ðə; ði] [peɪn] [biː; bi] [səʊ] [ʃɑːp] [æz; əz] [tuː; tə] [kɔːl] [fɔːθ] [ə; eɪ] [kraɪ] , [hiː; hi] ['dʒentli] ['wɪspərz] ,

and	if	the	pain	be	so	sharp	as	to	call	forth	a	cry	,	He	gently	whispers	,
和	如果	这	疼痛	是	所以	锋利的	作为	到	称呼	前进	一个	哭	,	他	轻轻地	低语	,

如果疼痛剧烈到让人发出哭喊，他会温柔地低语：

" ['kʌrɪdʒ] , [maɪ] [tʃaɪld] , [fɔː(r); fə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [maɪ] [wɪl] !

"	Courage	,	My	child	,	for	it	is	My	will	!
"	勇气	,	我的	孩子	,	为了	它	是	我的	将要	!

“孩子，鼓起勇气，因为这是我的旨意！”

" [ɪf] ['eniθɪŋ] [ə'kɜːz] [tuː; tə] ['hɪndə(r)] [maɪ] [wɜːk] , ['eniθɪŋ] [gəʊz] ['kɒntrəri] [tuː; tə] [maɪ] [plænz]

"	If	anything	occurs	to	hinder	my	work	,	anything	goes	contrary	to	my	plans
"	如果	任何事物	发生	到	阻碍	我的	工作	,	任何事物	去	相反	到	我的	计划

[ænd; ənd] ['prɑːdʒekts; prə'dʒekts] ,

and	projects	,
和	项目	,

“如果发生任何阻碍我工作的事情，任何与我的计划和项目相悖的事情，

[hiː; hi] [hæz; həz] [ɔː'deɪnd] [ˌaɪ 'tiː] [səʊ] [ɒn] ['pɜːpəs] ,

He	has	ordained	it	so	on	purpose	,
他	有	受戒	它	所以	在	目的	,

这是他有意安排的。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [hiː; hi] [nəʊz] [ðæt] [tuː] [mʌtʃ] [sək'ses] [wʊd] [meɪk] [ˌem 'iː] [praʊd] ,

because	He	knows	that	too	much	success	would	make	me	proud	,
因为	他	知道	那	也	很多	成功	会	制作	我	自豪的	,

因为他知道，过大的成功会让我骄傲自满。

[tuː] [mʌtʃ] [iːz] [wʊd] [meɪk] [ˌem 'iː] ['senʃuəl] ;

too	much	ease	would	make	me	sensual	;
也	很多	舒适	会	制作	我	感性的	;

太过安逸会让我变得感性；

[ænd; ənd] [hiː; hi] [wʊd] [tiːtʃ] [ˌem 'iː] [ðæt] [ðə; ði] [rəʊd] [tuː; tə] ['hev(ə)n] [ɪz] [nɒt] [sək'ses] , [bʌt; bət] ['leɪbə(r)]

and	He	would	teach	me	that	the	road	to	heaven	is	not	success	,	but	labor
和	他	会	教	我	那	这	路	到	天堂	是	不是	成功	,	但	劳动

[ænd; ənd] [dɪ'vəʊʃn] .

and	devotion	.
和	虔诚	.

他会教导我，通往天堂的道路不是成功，而是辛勤劳动和虔诚奉献。

[wɪð] [sʌtʃ] [θɔːts] [æz; əz] [ðiːz] [ɔːl] [rɪ'beljən] [ɪz] [hʌʃt] !

With	such	thoughts	as	these	all	rebellion	is	hushed	!
和	这样的	想法	作为	这些	全部	叛乱	是	静静地	!

有了这样的想法，所有的反抗都会偃旗息鼓！

[wɪð] [wɒt] [piːs] , [wɒt] [dʒɔɪ] , ['aʊə(r)] [wɜːk] [meɪ] [biː; bi] [bɪ'gʌn] , [kən'tɪnjuːd] , [ˌɪntə'rʌptɪd] ,

With	what	peace	,	what	joy	,	our	work	may	be	begun	,	continued	,	interrupted	,
和	什么	和平	,	什么	喜悦	,	我们的	工作	可能	是	开始	,	持续	,	中断	,

[ænd; ənd] [rɪ'zjuːmd] !

and	resumed	!
和	恢复	!

我们的工作可以多么平静、多么快乐地开始、继续、中断和恢复！

[wɪð] [wɒt] ['enədʒi] [wiː; wi] [rɪ'dʒekt] [ðəʊz] ['enəmɪz] [ðæt] [ə'seɪl] [ˌjuː 'es] [æt; ət] ['evri] ['aʊə(r)] , — ['aɪdlnəs]

With	what	energy	we	reject	those	enemies	that	assail	us	at	every	hour	,	—	idleness
和	什么	活力	我们	拒绝	那些	敌人	那	攻击	我们	在	每一个	小时	,	—	懒惰

, [heɪst] ,

,	haste	,
,	匆忙	,

我们该以怎样的精力来抵御那些每时每刻都在攻击我们的敌人——懒惰、仓促、

[priˌɒkju'peɪʃn] , [sək'ses] , [wɒnt] [ɒv; əv] [ˌpɜːsə'vɪərəns] ['ʌndə(r)] ['dɪfɪkəltɪz] !

preoccupation	**,**	**success**	**,**	**want**	**of**	**perseverance**	**under**	**difficulties**	**!**
专注	,	成功	,	想	的	毅力	在下面	困难	!

过于关注成功，缺乏在困难面前坚持不懈的精神!

[dʌz] [ðə; ði][pɑːst] ['sʌmtaɪmz] [raɪz] [ʌp][tuː; tə] ['trʌb(ə)l] [ˌem 'iː] [wɪð] [ðə; ði] [θɔːt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['meni]

Does	**the**	**past**	**sometimes**	**rise**	**up**	**to**	**trouble**	**me**	**with**	**the**	**thought**	**of**	**the**	**many**
做	这	过去的	有时	上升	向上	到	麻烦	我	和	这	想法	的	这	许多

[j'iəz] [spent] [wɪ'ðaʊt] [gɒd] ?

years	**spent**	**without**	**God**	**?**
年	花费	没有	上帝	?

过去那些年没有上帝的日子，是否会时常让我感到不安?

[ɑː] !

Ah	**!**
啊	!

啊!

[nəʊ] [daʊt] [ðə; ði] [ʃeɪm] [ænd; ənd] [griːf] [ɑː(r); ə(r)] [ʃɑːp] [ænd; ənd] [kiːn] ,

no	**doubt**	**the**	**shame**	**and**	**grief**	**are**	**sharp**	**and**	**keen**	**,**
不	怀疑	这	耻辱	和	悲伤	是	锋利的	和	敏锐的	,

毫无疑问，羞愧和悲痛是强烈而深刻的。

[bʌt; bət] [waɪ] [niːd] [ðeɪ] [dɪ'stɜːb] [maɪ] [piːs] [ɒv; əv][maɪnd] ?

but	**why**	**need**	**they**	**disturb**	**my**	**peace**	**of**	**mind**	**?**
但	为什么	需要	他们	打扰	我的	和平	的	头脑	?

但他们为什么要打扰我的平静生活呢?

[hæz; həz] [nɒt] [gɒd] ['prɒmɪst] [hɪz; ɪz]['pɑːd(ə)n][fɔː(r); fə(r)][hɪz; ɪz]['blesɪd; blest] [sʌnz] [seɪk] ,

Has	**not**	**God**	**promised**	**His**	**pardon**	**for**	**His**	**blessed**	**Son's**	**sake**	**,**
有	不是	上帝	承诺	他的	赦免	为了	他的	蒙福	儿子的	清酒	,

上帝不是已经为了他蒙福的儿子应许赦免罪孽了吗?

[tuː; tə][ɔːl] [huː] ['truːli] [rɪ'pent] [ænd; ənd] [ʌn'feɪnɪdli] [bɪ'liːv] [hɪz; ɪz]['həʊli]['gɒsp(ə)l] ?

to	**all**	**who**	**truly**	**repent**	**and**	**unfeignedly**	**believe**	**His**	**Holy**	**Gospel**	**?**
到	全部	WHO	真的	悔改	和	毫不掩饰地	相信	他的	圣	福音	?

对所有真心悔改并真诚相信祂圣福音的人?

[hæv; həv][aɪ] [meɪd] [ə; eɪ] [fʊl] [ə'vaʊəl] [ænd; ənd][ɪn'taɪə(r)] [səb'mɪʃn] ?

Have	**I**	**made**	**a**	**full**	**avowal**	**and**	**entire**	**submission**	**?**
有	我	制成	一个	满的	承认	和	全部的	提交	?

我是否已做出完整声明并提交全部材料?

[ænd; ənd][ˌeɪ 'em][aɪ][nɒt] ['wɪlɪŋ] [tuː; tə][fʊl'fɪl] [wɒt'evə(r)] [aɪ][ˌeɪ 'em] [ə'vaɪzd] [ɪn] [gɑːdz] [neɪm] [tuː; tə][duː; də]

and	**am**	**I**	**not**	**willing**	**to**	**fulfil**	**whatever**	**I**	**am**	**advised**	**in**	**God's**	**Name**	**to**	**do**
和	是	我	不是	愿意的	到	实现	任何	我	是	建议	在	神的	姓名	到	做

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['fjuːtʃə(r)] ?

for	**the**	**future**	**?**
为了	这	未来	?

难道我不愿意遵从神的旨意，为未来去做任何事吗?

[dʌz] [ðə; ði]['fjuːtʃə(r)][ɪn][ɪts] [tɜːn] [siːm] [tuː; tə] ['fraɪt(ə)n] [ˌem 'iː] ?

Does	**the**	**future**	**in**	**its**	**turn**	**seem**	**to**	**frighten**	**me**	**?**
做	这	未来	在	它是	转动	似乎	到	吓唬	我	?

未来似乎也让我感到恐惧?

[aɪ] [smaɪl] [æt; ət][ðə; ði] ['fuːlɪʃ] ['fænsiz] [ɒv; əv][maɪ][ɪˌmædʒɪ'neɪʃ(ə)n] ; [ɪz] [nɒt] [maɪ]['fjuːtʃə(r)][ɪn] [gɑːdz] [hændz]

I	**smile**	**at**	**the**	**foolish**	**fancies**	**of**	**my**	**imagination**	**;**	**is**	**not**	**my**	**future**	**in**	**God's**	**Hands**
我	微笑	在	这	愚蠢	幻想	的	我的	想像力	;	是	不是	我的	未来	在	神的	手

?

?
?

我嘲笑自己天马行空的想象；我的未来难道不是掌握在上帝手中吗?

[wɒt] , [wen] [ɔːl] [ðæt] [wɪl] [bɪˈfɔːl] [ˌem ˈiː][tuː; tə] - [ˈmɒrəʊ] , [nekst] [jɪə(r)] , [ten] [j'iəz] , ['twenti] [j'iəz]
What , when all that will befall me to - morrow , next year , ten years , twenty years
什么 , 什么时候 全部 那 将要 降临 我 到 - 明天 , 下一个 年 , 十 年 , 二十 年
[hens] ,
hence ,
因此 ,

如果这一切明天、明年、十年后、二十年后都会降临到我身上，那该怎么办?

[ɪz] [ɔːˈdeɪnd] [baɪ] [hɪm] ,
is ordained by Him ,
是 受戒 经过 他 ,

由祂所命定，

[ʃæl; ʃəl][aɪ] [dɪˈstres] [maɪˈself] [wɪð] [ðə; ðɪ] [θɔːt] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː] [meɪ] [nɒt] [biː; bi] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)][ˌem ˈiː] !
shall I distress myself with the thought that it may not be good for me !
将 我 痛苦 我 和 这 想法 那 它 可能 不是 是 好的 为了 我 !

我是否应该为此感到忧虑，认为这可能对我不利呢?

[lɔːd] !
Lord !
主 !

主!

[biː; bi] [ðaʊ] [maɪ] [gaɪd] , [ænd; ənd] [tʃuːz] [maɪ] [lɒt] [æz; əz] [meɪ] [siːm] [best] [tuː; tə] [ðiː] ! [ˌtuːˈtuː] .
be Thou my Guide , and choose my lot as may seem best to Thee ! 2 .
是 你 我的 指导 , 和 选择 我的 很多 作为 可能 似乎 最好的 到 汝 ! 2 .

求祢作我的向导，按祢认为最好的方式选择我的命运！2.

[miːk] [ˈʌndə(r)] [ɔːl] [ˈsɜːkəmstənsɪz]
MEEK UNDER ALL CIRCUMSTANCES
温顺 在下面 全部 情况

在任何情况下都要温顺

[ɪˈvents] [ɑː(r); ə(r)] [ˈmesndʒər] [ɒv; əv] [ˈaɪðə(r)] [dɪˈvaɪn] [ˈgʊdnəs] [ɔː(r)] [ˈdʒʌstɪs] .
Events are messengers of either Divine goodness or justice .
活动 是 信使 的 任何一个 神圣的 善良 或者 正义 .

事件是神圣的善意或正义的使者。

[iːtʃ] [hæz; həz] [ə; eɪ] [ˈmɪʃ(ə)n] [tuː; tə] [fʊlˈfɪl] ; [ænd; ənd] [æz; əz] [ˌaɪ ˈtiː] [ˈkɒmz] [frɒm; frəm] [gɒd] ,
Each has a mission to fulfil ; and as it comes from God ,
每个 有 一个 使命 到 实现 ; 和 作为 它 来 从 上帝 ,

每个人都有自己的使命要完成；而且，既然这些使命来自上帝，

[waɪ] [nɒt] [let] [ˌaɪ ˈtiː] [biː; bi] [əˈkʌmplɪʃt] [ɪn] [piːs] ?
why not let it be accomplished in peace ?
为什么 不是 让 它 是 完成 在 和平 ?

为什么不让它和平地完成呢?

[ˈpeɪnf(ə)l] , [hɑːt] - [ˈrendɪŋ] , [ðəʊ] [ðeɪ] [meɪ] [biː; bi] , [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [stɪl] [ðə; ðɪ] [wɪl] [ɒv; əv] [gɒd] .
Painful , heart - rending , though they may be , they are still the Will of God .
痛苦 , 心 - 渲染 , 尽管 他们 可能 是 , 他们 是 仍然 这 将要 的 上帝 .

虽然痛苦、令人心碎，但这仍然是上帝的旨意。

[wɒtʃ] [ðem; ðəm][æz; əz] [ðeɪ] [kʌm] , [wɪð] [ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l] [tremblɪŋ] , [pəˈhæps] [ˈiːv(ə)n] [ˈterə(r)] ,
Watch them as they come , with a little trembling , perhaps even terror ,
手表 他们 作为 他们 来 , 和 一个 小的 发抖 , 也许 甚至 恐怖 ,

看着他们走过来，带着些许颤抖，甚至可能有些恐惧。

[bʌt; bət][ˈnevə(r)] [let] [ðem; ðəm] [dɪˈstrɔɪ] [ɪn] [ðə; ðɪ] [liːst] [dɪˈgriː] [maɪ] [feɪθ] [ænd; ənd] [ˌrezɪgˈneɪʃ(ə)n] .
but never let them destroy in the least degree my faith and resignation .
但 绝不 让 他们 破坏 在 这 至少 程度 我的 信仰 和 辞职 .

但绝不能让他们丝毫摧毁我的信仰和顺从之心。

[tuː; tə][biː; bi] [miːk] ['ʌndə(r)] [ðiːz] ['sɜːkəmstənsɪz] ,

To	be	meek	under	these	circumstances	,
到	是	温顺	在下面	这些	情况	,

在这种情况下保持温顺，

[dʌz] [nɒt] [miːn] [ə'weɪtɪŋ] [ðem; ðəm] [wɪð] [ə; eɪ]['stəʊɪk] ['fɜːmnəs] [wɪtʃ] ['prəʊsiːdz] [frɒm; frəm] [praɪd] ,

does	not	mean	awaiting	them	with	a	stoic	firmness	which	proceeds	from	pride	,
做	不是	意思是	等待中	他们	和	一个	斯多葛派	硬度	哪个	收益	从	自豪	,

但这并不意味着要以源于骄傲的冷漠和坚定来等待他们。

[ɔː(r)] ['hɑːdnɪŋ] [wʌnz] [self] [ə'genst] [ðem; ðəm][tuː; tə][ðə; ðɪ] [pɔɪnt] [ɒv; əv] [rɪ'presɪŋ] [ɔːl] [tremblɪŋ] .

or	hardening	one's	self	against	them	to	the	point	of	repressing	all	trembling	.
或者	硬化	一个人的	自己	反对	他们	到	这	观点	的	压制	全部	发抖	.

或者让自己变得冷漠无情，以至于压抑住所有的颤抖。

[nəʊ] ! [gɒd] [ə'laʊz] [juː 'es] ['sʌmtaɪmz] [tuː; tə] [æn'tɪsɪpeɪt] , [pə'spəʊn] , [ɔː(r)]['iːv(ə)n] [wen] ['pɒsəb(ə)l] [fliː]

No	!	God	allows	us	sometimes	to	anticipate	,	postpone	,	or	even	when	possible	flee
不	！	上帝	允许	我们	有时	到	预料	,	推迟	,	或者	甚至	什么时候	可能的	逃跑

[ðem; ðəm] ; [æt; ət] ['eni] [reɪt] ,

them	;	at	any	rate	,
他们	;	在	任何	速度	,

不！上帝有时允许我们预先面对、推迟甚至在可能的情况下逃避它们；无论如何，

[wiː; wi] [meɪ] [traɪ][tuː; tə] [suːð] [ænd; ənd] ['sɒfn] [ðem; ðəm][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] .

we	may	try	to	soothe	and	soften	them	a	little	.
我们	可能	尝试	到	舒缓	和	软化	他们	一个	小的	.

我们可以试着安抚他们，让他们情绪缓和一些。

[ðə; ðɪ] [gʊd] ['fɑːðə(r)] , [wen] [hiː; hi] [sendz] [ðem; ðəm] ,

The	Good	Father	,	when	He	sends	them	,
这	好的	父亲	,	什么时候	他	发送	他们	,

慈爱的天父，当他差遣他们的时候，

[sendz] [æt; ət][ðə; ðɪ] [seɪm] [taɪm] [ðə; ðɪ] [miːnz] [baɪ] [wɪtʃ] [ðeɪ] [meɪ] [biː; bi] [ɪn'djʊəd] , [ænd; ənd] [pə'hæps] [ə'vɜːtɪd] .

sends	at	the	same	time	the	means	by	which	they	may	be	endured	,	and	perhaps	averted	.
发送	在	这	相同的	时间	这	方法	经过	哪个	他们	可能	是	忍受	,	和	也许	避免了	.

同时，也提供了忍受甚至避免这些痛苦的方法。

['remədiz] , [ɪn] ['sɪknəs] .

Remedies	,	in	sickness	.
补救措施	,	在	疾病	.

疾病中的疗法。

[lʌv] , [ɪn] ['trʌb(ə)l] .

Love	,	in	trouble	.
爱	,	在	麻烦	.

爱情，陷入困境。

[dɪ'vəʊʃn] , [ɪn] [prai'veiʃən] .

Devotion	,	in	privations	.
虔诚	,	在	匮乏	.

在困境中保持虔诚。

['kʌmfət] , [ɪn] ['wiːknəs] .

Comfort	,	in	weakness	.
舒适	,	在	弱点	.

软弱中的慰藉。

[tɪəz] , [ɪn] ['sɒrəʊ] .
Tears , in sorrow .
眼泪 , 在 悲哀 .

悲伤的泪水。

[gɒd] [hæz; həz] [kri'eɪtɪd] [ɔːl] [ðiːz] ; [ænd; ənd] ['nəʊɪŋ] [pə'hæps] [ðæt] [ai] [meɪ] [feɪl] [tuː; tə] [faɪnd] [ðem; ðəm]
God has created all these ; and knowing perhaps that I may fail to find them
上帝 有 创建 全部 这些 ; 和 会心 也许 那 我 可能 失败 到 寻找 他们
,
,
,

上帝创造了这一切；或许他知道我可能找不到它们，

[hiː; hi] [hæz; həz] ['gɪv(ə)n] [kə'mɑːndmənt] [tuː; tə] [sʌm; səm] ['prɪvəlɪdʒd] ['sɜːvənts] [tuː; tə] [lʌv] , [kən'səʊl] ,
He has given commandment to some privileged servants to love , console ,
他 有 给定 诚命 到 一些 特权 仆人 到 爱 , 安慰 ,
[suːð] , [ænd; ənd] [help] [ˌem 'iː] ,
soothe , and help me ,
舒缓 , 和 帮助 我 ,

他已吩咐一些蒙恩的仆人要爱我、安慰我、抚慰我、帮助我。

['seɪɪŋ] [tuː; tə] [ðem; ðəm] , —
saying to them , —
说 到 他们 , —

对他们说，——

" [ɪnəz'mʌtʃ] [æz; əz] [jiː; ji] [hæv; həv] [dʌn] [ˌaɪ 'tiː] ['ʌntə; 'ʌntu] [wʌn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [liːst] [ɒv; əv] [ðiːz] [maɪ]
" Inasmuch as ye have done it unto one of the least of these My
" 因此 作为 是的 有 完毕 它 到 一 的 这 至少 的 这些 我的
['breðrən] ,
brethren ,
弟兄们 ,

“你们既做在我这些弟兄中一个最小的身上，

[jiː; ji] [hæv; həv] [dʌn] [ˌaɪ 'tiː] [æz; əz] ['ʌntə; 'ʌntu] [ˌem 'iː] .
ye have done it as unto Me .
是的 有 完毕 它 作为 到 我 .

你们这样做，如同对待我一样。

" [əʊ] ! ['welkəm] [ðen] [ðə; ði] ['frendli] [vɔɪs] [ðæt] [ɪn] [ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv] ['trʌb(ə)l] [spiːks] [tuː; tə] [ˌem 'iː]
" Oh ! welcome then the friendly voice that in the midst of trouble speaks to me
" 哦 ! 欢迎 然后 这 友好的 嗓音 那 在 这 中间 的 麻烦 说话 到 我
[ɒv; əv] [həʊp] ;
of hope ;
的 希望 ;

“哦！欢迎这友好的声音，它在困境中给我带来希望；

[ai] [wɪl] [rɪ'siːv] [wɪð] ['grætɪtjuːd] [ðə; ði] [keə(r)] [ðæt] [ə'fekʃn] ['presɪz] [ə'pɒn] [ˌem 'iː] .
I will receive with gratitude the care that affection presses upon me .
我 将要 收到 和 感激 这 关心 那 感情 出版社 之上 我 .

我将满怀感激地接受这份关爱。

[wɪð] ['θæŋkfulnəs] [ai] [ək'sept] [ðə; ði] [taɪm] [dɪ'vəʊtɪd] [tuː; tə] [ˌem 'iː] , [praɪ'veɪʃ(ə)n] [bɔːn] [fɔː(r); fə(r)] [maɪ]
With thankfulness I accept the time devoted to me , privation borne for my
和 感恩 我 接受 这 时间 奉献 到 我 , 匮乏 出生 为了 我的
[seɪk] ;
sake ;
清酒 ;

我心怀感激地接受为我付出的时间，以及为我承受的苦难；

[ænd; ənd][ai] [wɪl] [preɪ] [gɒd][tuː; tə] [bles] [ðiːz] [kaɪnd] [frendz] ,

and	I	will	pray	God	to	bless	these	kind	friends	,
和	我	将要	祈祷	上帝	到	保佑	这些	种类	朋友们	,

我会祈求上帝保佑这些善良的朋友们。

[ænd; ənd][ɑːsk] [hɪm] [tuː; tə] [seɪ] [tuː; tə][ðem; ðəm] [wɜːdz] [sʌtʃ] [æz; əz] [ðiːz] :

and	ask	Him	to	say	to	them	words	such	as	these	:
和	问	他	到	说	到	他们	字	这样的	作为	这些	:

并求祂对他们说这样的话：

" [ɔːl] [ðæt] [ðaʊ] [hæst] [dʌn] [fɔː(r); fə(r)] [maɪn] , [ai] [wɪl] [rɪˈpeɪ] [ðiː] [ə; eɪ] [ˈhʌndrəd] - [fəʊld] . " [θriː] .

"	All	that	thou	hast	done	for	Mine	,	I	will	repay	thee	a	hundred	-	fold	.	"	3	.
"	全部	那	你	哈斯特	完毕	为了	矿	,	我	将要	偿还	你	一个	百	-	折叠	.	"	3	.

“凡你为我的家人所做的，我必百倍报答你。”3.

[miːk] [təˈwɔːdz] [ˈʌðə(r)z]

MEEK	TOWARDS	OTHERS
温顺	向	其他的

对他人谦逊温和

[ðɪs] [meɪ] [siːm] [ˈiːv(ə)n][mɔː(r)] [ˈdɪfɪkəlt] ,

This	may	seem	even	more	difficult	,
这	可能	似乎	甚至	更多的	难的	,

这或许看起来更加困难，

[fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ ˈtiː][səʊ][ˈɒf(ə)n] [əˈpɪəz] [tuː; tə][ˌjuː ˈes][æz; əz] [ɪf] [ˈʌðə(r)z] [wɜː(r); wə(r)][ˈæktʃuːeɪtɪd][baɪ] [ˈmælɪs] .

for	it	so	often	appears	to	us	as	if	others	were	actuated	by	malice	.
为了	它	所以	经常	出现	到	我们	作为	如果	其他的	是	驱动	经过	恶意	.

因为在我们看来，很多时候似乎是别人出于恶意而行事。

[bʌt; bət] [haʊ] [ˈɒf(ə)n][ˌaɪ ˈtiː][ɪz][ˈəʊnli][ðə; ði] [rɪˈzʌlt] [ɒv; əv] [ˈtemprəmənt] , [praɪd] , [ˈθɔːtləsnəs] ;

But	how	often	it	is	only	the	result	of	temperament	,	pride	,	thoughtlessness	;
但	如何	经常	它	是	仅有的	这	结果	的	气质	,	自豪	,	考虑不周	;

但很多时候，这只是性格、骄傲、轻率造成的后果；

[siːkɪŋ] [ðeə(r)] [əʊn] [ˈpleʒə(r)] [wɪˈðaʊt] [ə; eɪ] [θɔːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [hɑːm] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ˈduːɪŋ] [ˌem ˈiː] ;

seeking	their	own	pleasure	without	a	thought	of	the	harm	they	are	doing	me	;
寻求	他们的	自己的	乐趣	没有	一个	想法	的	这	伤害	他们	是	正在做	我	;

他们只顾自己的享乐，丝毫不考虑给我造成的伤害；

[ðen] [waɪ] [biː; bi] [ʌnˈhæpi] [əˈbaʊt] [ˌaɪ ˈtiː] ?

then	why	be	unhappy	about	it	?
然后	为什么	是	不开心	关于	它	?

那你为什么还要为此感到不高兴呢?

[ai] [niːd] [ˈəʊnli][tuː; tə][biː; bi][ɒn][maɪ] [gɑːd] .

I	need	only	to	be	on	my	guard	.
我	需要	仅有的	到	是	在	我的	警卫	.

我只需要保持警惕。

[ˈnevə(r)][stænd][ɪn][ðə; ði] [weɪ] [ɒv; əv] [ˈʌðə(r)z] ([wen] [ˌaɪ ˈtiː][ɪz][nɒt][ðə; ði] [keɪs] [ɒv; əv][ə; eɪ][ˈdjuːti][tuː; tə]

Never	stand	in	the	way	of	others	(	when	it	is	not	the	case	of	a	duty	to
绝不	站立	在	这	方式	的	其他的	(	什么时候	它	是	不是	这	案件	的	一个	责任	到

[biː; bi] [fʊlˈfɪld]) ,

be	fulfilled	)	,
是	已完成	)	,

永远不要阻碍他人（除非是必须履行的职责）。

[ænd; ənd] [ɪf] [ðeɪ] ['sʌmtaɪmz] [ɑː(r); ə(r)][æn; ən]['ɒbstək(ə)l][ɪn] [jɔːz] , [rɪ'muːv] [ðem; ðəm]['dʒentli] ,

and	if	they	sometimes	are	an	obstacle	in	yours	,	remove	them	gently	,
和	如果	他们	有时	是	一个	障碍	在	你的	,	消除	他们	轻轻地	,

[bʌt; bət][duː; də][nɒt] [hɑːm] [ðem; ðəm] .

but	do	not	harm	them	.
但	做	不是	伤害	他们	.

如果它们有时成为你的障碍，请轻轻地将它们移除，但不要伤害它们。

['jiːldɪŋ] , [səb'mɪtɪŋ] , [rɪ'taɪərɪŋ] , ['gɪvɪŋ] [ʌp] , [ðɪs] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi]['aʊə(r)] [kən'dʌkt] [tə'wɔːdz] [ðə; ði]

Yielding	,	submitting	,	retiring	,	giving	up	,	this	should	be	our	conduct	towards	the
屈服	,	提交	,	退休	,	给予	向上	,	这	应该	是	我们的	执行	向	这

['membəz] [ɒv; əv]['aʊə(r)]['fæməli] ,

members	of	our	family	,
成员	的	我们的	家庭	,

让步、屈服、退让、放弃，这应该是我们对待家人的态度。

[ænd; ənd] [ðəʊz] [wiː; wi] [kɔːl]['aʊə(r)] [frendz] .

and	those	we	call	our	friends	.
和	那些	我们	称呼	我们的	朋友们	.

还有我们称之为朋友的人。

[ðə; ði][mɔː(r)] [fə'sɪlətɪ] [juː; jʊ] [gɪv] [ðem; ðəm][fɔː(r); fə(r)] ['duːɪŋ] [wɒt] [ðeɪ] [θɪŋk] [raɪt] ,

The	more	facility	you	give	them	for	doing	what	they	think	right	,
这	更多的	设施	你	给	他们	为了	正在做	什么	他们	思考	正确的	,

你越是给予他们做他们认为正确的事情的便利，

[ðə; ði][mɔː(r)][juː; jʊ]['entə(r)]['ɪntuː][ðə; ði] ['fiːlɪŋz] [ðeɪ] [hæv; həv][ɒv; əv][ðeə(r)] [əʊn] [ɪm'pɔːt(ə)ns] ,

the	more	you	enter	into	the	feelings	they	have	of	their	own	importance	,
这	更多的	你	进入	进入	这	情怀	他们	有	的	他们的	自己的	重要性	,

你越是体会他们那种认为自己很重要的感觉，

['liːvɪŋ] [ðem; ðəm][ə; eɪ] [friː] [kɔːs] [ɒv; əv]['ækʃ(ə)n] ,

leaving	them	a	free	course	of	action	,
离开	他们	一个	自由的	课程	的	行动	,

给他们留下了自由行动的空间，

[səʊ] [mʌtʃ] [ðə; ði][mɔː(r)] [wɪl] [juː; jʊ][biː; bi] ['laɪklɪ] [tuː; tə][biː; bi]['juːsf(ə)l][tuː; tə][ðem; ðəm] ,

so	much	the	more	will	you	be	likely	to	be	useful	to	them	,
所以	很多	这	更多的	将要	你	是	可能	到	是	有用	到	他们	,

这样一来，你对他们就越有可能发挥作用。

[ænd; ənd] [rɪ'teɪn] [jɔː(r); jə(r)] [əʊn] [piːs] [ɒv; əv][maɪnd] .

and	retain	your	own	peace	of	mind	.
和	保持	你的	自己的	和平	的	头脑	.

并保持内心的平静。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ə'stɒnɪʃɪŋ] [haʊ] [ðəʊz] [wiː; wi]['nevə(r)] [pres] ['əʊpən][ðeə(r)] [hɑːts] [tuː; tə][ˌjuː 'es] !

It	is	astonishing	how	those	we	never	press	open	their	hearts	to	us	!
它	是	惊人	如何	那些	我们	绝不	按	打开	他们的	心	到	我们	!

令人惊讶的是，那些我们从未施加压力的人，却会向我们敞开心扉！

[duː; də][nɒt][traɪ][tuː; tə] [ɪg'zæmɪn] [tuː] [maɪ'njuːtlɪ][ðə; ði]['ækʃ(ə)nz][ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] , [ɔː(r)][ðə; ði] ['moʊtɪvz] [ðæt]

Do	not	try	to	examine	too	minutely	the	actions	of	others	,	or	the	motives	that
做	不是	尝试	到	检查	也	精确到分钟	这	行动	的	其他的	,	或者	这	动机	那

['æktʃueɪt][ðem; ðəm] ;

actuate	them	;
启动	他们	;

不要试图过于细致地审视他人的行为，或促使他们这样做的动机；

[ɪf] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['wɒntɪŋ] [ɪn][tækt] , [ə'pɪə(r)] [nɒt][tuː; tə]['nəʊtɪs][ˌaɪ 'tiː] , [ɔː(r)] , ['betə(r)] [stɪl] ,

if	they	are	wanting	in	tact	,	appear	not	to	notice	it	,	or	,	better	still	,
如果	他们	是	想要	在	策略	,	出现	不是	到	注意	它	,	或者	,	更好的	仍然	,

如果他们有所欠缺，就装作没注意到，或者，更好的办法是，

[traɪ][tuː; tə] [θɪŋk] [ðeɪ] [hæv; həv] [meɪd] [ə; eɪ] [mɪs'teɪk] .

try	to	think	they	have	made	a	mistake	.
尝试	到	思考	他们	有	制成	一个	错误	.

试着想想他们是不是犯了错误。

[ðə; ðɪ] [best] ['remədi] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ðɪ] [dɪs'laɪk] [wiː; wi] [fiːl] [tə'wɔːdz] ['eni] [wʌn] [ɪz] [tuː; tə] [ɪn'devə(r)] [tuː; tə]

The	best	remedy	for	the	dislike	we	feel	towards	any	one	is	to	endeavor	to
这	最好的	补救	为了	这	不喜欢	我们	感觉	向	任何	一	是	到	努力	到

[traɪ][tuː; tə][duː; də][ðem; ðəm][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [gʊd] ['evri] [deɪ] ;

try	to	do	them	a	little	good	every	day	;
尝试	到	做	他们	一个	小的	好的	每一个	天	;

消除对任何人的反感最好的办法，就是每天努力为他们做一点好事；

[ðə; ðɪ] [best] [kjʊə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [ðeə(r)] [dɪs'laɪk] [tuː; tə] [ˌjuː 'es] [ɪz] [tuː; tə] [traɪ] [tuː; tə] [spiːk] ['kaɪndli] [ɒv; əv]

the	best	cure	for	their	dislike	to	us	is	to	try	to	speak	kindly	of
这	最好的	治愈	为了	他们的	不喜欢	到	我们	是	到	尝试	到	说话	亲切地	的

[ðem; ðəm] .

them	.
他们	.

消除他们对我们的反感的最好办法就是尽量对他们说好话。

[ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] [ə'raʊnd] [juː; jʊ] ['wɪkɪd] ? [biː; bi] ['kɔːʃəs] , [bʌt; bət] [duː; də] [nɒt] [luːz] [hɑːt] ;

Are	those	around	you	wicked	?	be	cautious	,	but	do	not	lose	heart	;
是	那些	大约	你	邪恶	?	是	谨慎	,	但	做	不是	失去	心	;

你周围的人是恶人吗？要谨慎，但不要灰心；

[gɒd] [wɪl] [nɒt] [let] [ðem; ðəm] [hɑːm] [juː; jʊ] .

God	will	not	let	them	harm	you	.
上帝	将要	不是	让	他们	伤害	你	.

上帝不会让他们伤害你。

[haʊ] ['iːzi] [fɔː(r); fə(r)] [gɒd] [tuː; tə] [steɪ] [ðə; ðɪ] ['kɒnsɪkwənsɪz] [ɒv; əv] ['slɑːndə(r)] [ænd; ənd] ['kæləmni] !

How	easy	for	God	to	stay	the	consequences	of	slander	and	calumny	!
如何	简单的	为了	上帝	到	停留	这	结果	的	诽谤	和	诽谤	!

上帝多么容易就能阻止诽谤和中伤的后果！

[gɒd] [ɪz] [ðə; ðɪ] [ʃiːld] , [ˌɪntə'pəʊzɪŋ] [bɪ'twiːn] ['ʌðə(r)z] , ['sɜːkəmstənsɪz] , [ænd; ənd] [maɪ'self] . [fɔːr] .

God	is	the	shield	,	interposing	between	others	,	circumstances	,	and	myself	.	4	.
上帝	是	这	盾	,	插入	之间	其他的	,	情况	,	和	我	.	4	.

上帝是盾牌，它挡在他人、环境和我之间。4.

[miːk] [tə'wɔːdz] [self]

MEEK	TOWARDS	SELF
温顺	向	自己

对自身谦逊

[ðɪs] [dʌz] [nɒt] [ɪm'plaɪ] [self] - [kəm'pleɪs(ə)nsi] , [self] - [ɪn'dʌldʒəns] , [self] - [ˌdʒʌstɪfɪ'keɪʃ(ə)n] , [bʌt; bət] ['sɪmpli]

This	does	not	imply	self	-	complacency	,	self	-	indulgence	,	self	-	justification	,	but	simply
这	做	不是	意味着	自己	-	自满	,	自己	-	放纵	,	自己	-	理由	,	但	简单地

[ɪn'kʌrɪdʒmənt] , [streŋθ] , [ænd; ənd] ['fɔːtɪtjuːd] .

encouragement	,	strength	,	and	fortitude	.
鼓励	,	力量	,	和	坚韧	.

这并不意味着自满、自我放纵、自我辩解，而仅仅是鼓励、力量和勇气。

[ɪn'kʌrɪdʒmənt] [ɪn] [sʌm; səm] ['wɪərisəm] , [mə'nɒtənəs] , [ʌn'rekəgnaɪzd] [wɜːk] , [wɪð] [ə; eɪ] [θɔːt]

Encouragement	in	some	wearisome	,	monotonous	,	unrecognized	work	,	with	a	thought
鼓励	在	一些	令人厌倦的	,	单调	,	未被识别的	工作	,	和	一个	想法

[laɪk] [ðɪs] : " [gɒd] [ɪz] ['wɒtʃɪŋ] [ˌem 'iː] ,

like	this	:	"	God	is	watching	me	,
喜欢	这	:	"	上帝	是	观看	我	,

在一些枯燥乏味、单调乏味、不被认可的工作中，这样的想法可以给人带来鼓励：“上帝在看着我，

[ænd; ənd] ['wɪʃɪz] [ˌem 'iː][tuː; tə][duː; də] [ðɪs] .

and	wishes	me	to	do	this	.
和	愿望	我	到	做	这	.

并希望我这样做。

" [ðɪs] ['leɪbə(r)] ['ɒkjupaɪz] [maɪ][maɪnd] , ['pəːfikts] [maɪ][səʊl] , [ænd; ənd] [ʃiːldz] [ˌem 'iː][frɒm; frəm] ['mɪstʃɪf]

"	This	labor	occupies	my	mind	,	perfects	my	soul	,	and	shields	me	from	mischief
"	这	劳动	占据	我的	头脑	,	完美	我的	灵魂	,	和	盾牌	我	从	恶作剧

.

:
.

“这项劳动占据了我的心神，完善了我的灵魂，并保护我免受邪恶的侵害。”

[ɪnˈkʌrɪdʒmənt] [sʌtʃ] [æz; əz] [ðɪs] , [ɪn][ðə; ðiː] [mɪdst] [ɒv; əv] ['sædnəs] [ænd; ənd] [ˌaɪsə'leɪʃn] , [wen] [nəʊ]

Encouragement	such	as	this	,	in	the	midst	of	sadness	and	isolation	,	when	no
鼓励	这样的	作为	这	,	在	这	中间	的	悲伤	和	隔离	,	什么时候	不

[wʌn] [θɪŋks] [ɒv; əv][ˌjuː 'es] ,

one	thinks	of	us	,
一	思考	的	我们	,

在悲伤和孤独之中，当没有人想起我们的时候，这样的鼓励显得尤为珍贵。

[ɔː(r)] [gɪvz] [ˌjuː 'es][ðə; ðiː] [smɔːlɪst] ['təʊkən][ɒv; əv] ['sɪmpəθi] , " [ɪz] [nɒt][maɪ]['djuːti] [sə'fɪʃ(ə)nt] [fɔː(r); fə(r)]

or	gives	us	the	smallest	token	of	sympathy	,	"	Is	not	my	duty	sufficient	for
或者	给予	我们	这	最小	令牌	的	同情	,	"	是	不是	我的	责任	充足的	为了

[ˌem 'iː] ?

me	?
我	?

或者给予我们最微不足道的同情：“难道我的职责还不够吗？”

[gɒd] [rɪ'kwaɪəz] [ˌaɪ 'tiː][ɒv; əv][ˌem 'iː] , [ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [liːd] [ˌem 'iː][tuː; tə] ['hev(ə)n] .

God	requires	it	of	me	,	and	it	will	lead	me	to	heaven	.
上帝	需要	它	的	我	,	和	它	将要	带领	我	到	天堂	.

上帝要求我这样做，这样做会引领我进入天堂。

" [streŋθ] [tuː; tə] [raɪz] [ə'gen] ['ɑːftə(r)][sʌm; səm]['feɪljə(r)] , [sʌm; səm] [hjuː'mɪlieɪtɪŋ] [fɔːlt] , [sʌm; səm]

"	Strength	to	rise	again	after	some	failure	,	some	humiliating	fault	,	some
"	力量	到	上升	再次	后	一些	失败	,	一些	羞辱	过错	,	一些

[dɪ'presɪŋ] ['wiːknəs] ; [raɪz] [ə'gen] ['lʌvɪŋli] ,

depressing	weakness	;	rise	again	lovingly	,
沉闷	弱点	;	上升	再次	深情地	,

“在经历失败、羞辱性的过错、令人沮丧的软弱之后，要有力量重新站起来；要满怀爱意地重新站起来，

[kən'faɪdɪŋli] , [ænd; ənd] [wɪð] [ðə; ðiː] [θɔːt] , " ['nevə(r)][maɪnd] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [gʊd] ['fɑːðə(r)] , [ə; eɪ]

confidingly	,	and	with	the	thought	,	"	Never	mind	,	it	is	a	good	Father	,	a
悄悄地	,	和	和	这	想法	,	"	绝不	头脑	,	它	是	一个	好的	父亲	,	一个

[kaɪnd]['mɑːstə(r)] ,

kind	Master	,
种类	掌握	,

他心想，别担心，他是一位好父亲，一位仁慈的主人。

[wɪð] [huːm] [aɪ][hæv; həv][tuː; tə] [diːl] .

with	Whom	I	have	to	deal	.
和	谁	我	有	到	交易	.

我要和谁打交道。

" [kən'fes] [jɔː(r); jə(r)][sɪn] , ['hʌmb(ə)l] [jɔː'self] ,

"	Confess	your	sin	,	humble	yourself	,
"	承认	你的	罪	,	谦逊的	你自己	,

“承认你的罪过，谦卑自己，

[ænd; ənd] [waɪl] [ə'weɪtɪŋ] [ðə; ði] [ə'ʃʊərəns] [ɒv; əv]['pɑːd(ə)n][gəʊ][ɒn] [wɪð] [jɔː(r); jə(r)] ['deɪli] [wɜːk] [wɪð]

and	while	awaiting	the	assurance	of	pardon	go	on	with	your	daily	work	with
和	尽管	等待中	这	保证	的	赦免	去	在	和	你的	日常的	工作	和

[ðə; ði] [seɪm] [ziːl] [æz; əz] [bɪ'fɔː(r)] .

the	same	zeal	as	before	.
这	相同的	热情	作为	前	.

在等待赦免令期间，继续像以前一样满怀热情地进行日常工作。

['fɔːtɪtjuːd] [ə'genst] [ðə; ði] [dɪ'zɜːʃn] [ænd; ənd] [fə'getflnəs] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] .

Fortitude	against	the	desertion	and	forgetfulness	of	others	.
坚韧	反对	这	逃兵	和	健忘	的	其他的	.

面对他人的抛弃和遗忘，展现出坚韧不拔的意志。

[wiː; wi][hæv; həv] [tuː] [θɪŋz] [tuː; tə] ['fɔːtɪfaɪ] [ˌjuː 'es] , — [preə(r)] [ænd; ənd]['leɪbə(r)] .

We	have	two	things	to	fortify	us	,	—	Prayer	and	Labor	.
我们	有	二	事物	到	强化	我们	,	—	祷告	和	劳动	.

我们有两样东西可以增强我们的力量——祈祷和劳动。

[wʌn] [tuː; tə] [tʃɪə(r)] [ˌjuː 'es] , — [dɪ'vəʊʃn] .

One	to	cheer	us	,	—	Devotion	.
一	到	欢呼	我们	,	—	虔诚	.

一个让我们振奋的人——奉献。

[ðiːz] ['remədiz] [ɑː(r); ə(r)] ['ɔːlweɪz] [æt; ət][hænd] .

These	remedies	are	always	at	hand	.
这些	补救措施	是	总是	在	手	.

这些补救措施随时可用。

[ˌaɪ 'aɪ] .

II	.
二	.

二、

[biː; bi]['hʌmb(ə)l]

Be	Humble
是	谦逊的

保持谦逊

[ai] . ['hʌmb(ə)l] [wɪð] [gɒd]

I	.	HUMBLE	WITH	GOD
我	.	谦逊的	和	上帝

一、谦卑地对待上帝

['restɪŋ] ['ɔːlweɪz] [ɪn][hɪz; ɪz] ['prez(ə)ns] , [laɪk] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [tʃaɪld] , [ɔː(r)]['iːv(ə)n][ə; eɪ] ['begə(r)] ,

Resting	always	in	His	presence	,	like	a	little	child	,	or	even	a	beggar	,
休息	总是	在	他的	在场	,	喜欢	一个	小的	孩子	,	或者	甚至	一个	乞丐	,

像小孩子一样，甚至像乞丐一样，始终安息在祂的面前。

[huː] ['nəʊɪŋ] ['nʌθɪŋ] [ɪz] [djuː] [tuː; tə] [hɪm] , [stɪl] [ɑːsks] , [lʌvz] , [ænd; ənd] [ə'weɪts] ,

who	knowing	nothing	is	due	to	him	,	still	asks	,	loves	,	and	awaits	,
WHO	会心	没有什么	是	到期的	到	他	,	仍然	问	,	爱	,	和	等待	,

他明知自己不配得到任何东西，却依然祈求、爱慕、等待。

['fiːlɪŋ] [ʃʊə(r)] [ðæt] ['aʊə(r)][baɪ]['aʊə(r)] , [ɪn] [prə'pɔːʃ(ə)n] [tuː; tə]['aʊə(r)] [niːd] ,

feeling	sure	that	hour	by	hour	,	in	proportion	to	our	need	,
感觉	当然	那	小时	经过	小时	,	在	部分	到	我们的	需要	,

确信随着时间的推移，根据我们的需求，

[gɒd] [wɪl] [prə'vaɪd] [ɔ:l] [ðæt] [ɪz] ['ni:dfl] , [ænd; ənd]['i:v(ə)n]['əʊvə(r)][ænd; ənd] [ə'bʌv] [wɒt] [ɪz] ['æbsəlu:tli]

God	will	provide	all	that	is	needful	,	and	even	over	and	above	what	is	absolutely
上帝	将要	提供	全部	那	是	需要	,	和	甚至	超过	和	多于	什么	是	绝对地

['nesəsəri] .

necessary	.
必要的	.

上帝会提供一切所需，甚至会提供超出绝对必需的。

[lɪv; laɪv] ['pi:sfəli] ['ʌndə(r)][ðə; ði] [prə'tekʃ(ə)n] [ɒv; əv] [dɪ'vaɪn] ['prɒvɪdəns] ; [ðə; ði][mɔ:(r)][ju:; jʊ] [fi:l]

Live	peacefully	under	the	protection	of	Divine	Providence	;	the	more	you	feel
居住	和平地	在下面	这	保护	的	神圣的	普罗维登斯	;	这	更多的	你	感觉

[jɔ:(r); jə(r)] [ˌɪnsɪg'nɪfɪkəns] , ['wi:knəs] ,

your	insignificance	,	weakness	,
你的	微不足道	,	弱点	,

在神圣天意的庇佑下平静地生活；你越感到自己的渺小和软弱，

['sɪknəs] , ['mɪzəri] , [ðə; ði][mɔ:(r)] [raɪt] [ju:; jʊ][hæv; həv][tu:; tə][ðə; ði] ['pɪti] [ænd; ənd] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd] .

sickness	,	misery	,	the	more	right	you	have	to	the	pity	and	love	of	God	.
疾病	,	苦难	,	这	更多的	正确的	你	有	到	这	遗憾	和	爱	的	上帝	.

疾病和苦难越深重，你就越应该得到上帝的怜悯和慈爱。

['əʊnli] [preɪ] ['fɜ:vəntli] ; [let] [jɔ:(r); jə(r)] [preə(r)] [bi:; bi] ['θɔ:tf(ə)l] [ænd; ənd] ['revərənt] , [swi:t] [ænd; ənd]

Only	pray	fervently	;	let	your	prayer	be	thoughtful	and	reverent	,	sweet	and
仅有的	祈祷	热切地	;	让	你的	祷告	是	周到	和	虔诚的	,	甜的	和

[fʊl] [ɒv; əv] [həʊp] .

full	of	hope	.
满的	的	希望	.

只要虔诚祈祷；让你的祈祷充满深思熟虑和虔敬，甜蜜而充满希望。

[ðə; ði][pɔ:(r); pʊə(r)][hæv; həv] ['nʌθɪŋ] [left] [tu:; tə][ðem; ðəm][bʌt; bət] [preə(r)] ; [bʌt; bət] [ðæt] [preə(r)] , [səʊ]

The	poor	have	nothing	left	to	them	but	prayer	;	but	that	prayer	,	so
这	贫穷的	有	没有什么	左边	到	他们	但	祷告	;	但	那	祷告	,	所以

['hʌmb(ə)l] , [səʊ] ['pli:dɪŋ] ,

humble	,	so	pleading	,
谦逊的	,	所以	恳求	,

穷人除了祈祷别无他法；但那祈祷，如此谦卑，如此恳求，

[ə'sendz] [tu:; tə] [gɒd] , [ænd; ənd][ɪz] ['lɪsnd] [tu:; tə] [wɪð] ['fɑ:ðəli] [lʌv] !

ascends	to	God	,	and	is	listened	to	with	Fatherly	love	!
上升	到	上帝	,	和	是	听着	到	和	父爱	爱	!

升天到上帝那里，并受到父亲般的慈爱聆听！

[du:; də] [nɒt] [hæv; həv][ə; eɪ]['nʌmbə(r)][ɒv; əv] ['veərid] [preə(r)z] ,

Do	not	have	a	number	of	varied	prayers	,
做	不是	有	一个	数字	的	多种多样	祈祷	,

不要准备多种不同的祷告词，

[bʌt; bət] [let] [ðə; ði] " ['aʊə(r)]['fɑ:ðə(r)] " [bi:; bi]['evə(r)][ɒn][jɔ:(r); jə(r)][lɪps][ænd; ənd][ɪn][jɔ:(r); jə(r)] [hɑ:t] .

but	let	the	"	Our	Father	"	be	ever	on	your	lips	and	in	your	heart	.
但	让	这	"	我们的	父亲	"	是	曾经	在	你的	嘴唇	和	在	你的	心	.

但愿你们的口中和心中永远铭记《天主经》。

[lʌv] [tu:; tə] [rɪ'pi:t] [tu:; tə] [gɒd] [ðə; ði] [preə(r)] [ðæt] [kraɪst] [hɪm'self] [hæz; həz] [tɔ:t] ,

Love	to	repeat	to	God	the	prayer	that	Christ	Himself	has	taught	,
爱	到	重复	到	上帝	这	祷告	那	基督	他本人	有	教授	,

我喜欢向神重复基督亲自教导的祷告，

[ænd; ənd][fɔ:(r); fə(r)][hɪz; ɪz] [seɪk] [ɪz] ['ɔ:lweɪz] [ək'septɪd] .

and	for	His	sake	is	always	accepted	.
和	为了	他的	清酒	是	总是	公认	.

为了祂的缘故，祂总是被接受的。

[lʊk] [ə'pɒn] [jɔ:'self] [æz; əz][ə; eɪ]['haɪəd] ['sɜ:vənt] [ɒv; əv][gɒd] ,

Look	upon	yourself	as	a	hired	servant	of	God	,
看	之上	你自己	作为	一个	雇用	仆人	的	上帝	,

把自己看作是上帝雇佣的仆人，

[tu:; tə] [hu:m] [hi:; hi][hæz; həz] ['prɒmɪst] [ə; eɪ] [rɪtʃ] [rɪ'wɔ:d] [æt; ət][ðə; ði][end][ɒv; əv][ðə; ði] [deɪ] [hi:; hi] [kɔ:lz] [laɪf] ;

to	whom	He	has	promised	a	rich	reward	at	the	end	of	the	day	He	calls	life	;
到	谁	他	有	承诺	一个	富有的	报酬	在	这	结尾	的	这	天	他	呼叫	生活	;

祂应许，在祂称之为生命的一天结束时，祂会赐予他们丰厚的奖赏；

[i:tʃ] ['mɔ:nɪŋ] [həʊld] [jɔ:'self] [ɪn] ['redɪnəs] [tu:; tə] [ə'beɪ] [ɔ:l][hɪz; ɪz] [kə'mændz] , [ɪn][ðə; ði] [weɪ] [hi:; hi] [wɪlz] ,

each	morning	hold	yourself	in	readiness	to	obey	all	His	commands	,	in	the	way	He	wills	,
每个	早晨	抓住	你自己	在	准备就绪	到	服从	全部	他的	命令	,	在	这	方式	他	遗嘱	,

每天早晨，都要做好准备，按照祂的旨意服从祂的一切命令。

[ænd; ənd] [wɪð] [ðə; ði] [mi:nz] [hi:; hi] [ə'pɔint] .

and	with	the	means	He	appoints	.
和	和	这	方法	他	任命	.

并以祂所指定的方式。

[ðə; ði] [kə'mɑ:nd] [meɪ] [nɒt] ['ɔ:lweɪz] [kʌm] [də'rekt][frɒm; frəm][ðə; ði]['mɑ:stə(r)] ;

The	command	may	not	always	come	direct	from	the	Master	;
这	命令	可能	不是	总是	来	直接的	从	这	掌握	;

命令未必总是直接来自主人；

[ˌaɪ 'ti:] [wʊd] [bi:; bi] [tu:] [swi:t] [tu:; tə][hɪə(r)]['əʊnli] [gɑ:dz] [vɔɪs] :

it	would	be	too	sweet	to	hear	only	God's	Voice	:
它	会	是	也	甜的	到	听到	仅有的	神的	嗓音	:

只听到上帝的声音，那该是多么美好啊！

[bʌt; bət][hi:; hi] [sendz] [ˌaɪ 'ti:][baɪ] [mi:nz] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] [æm'bæsədəz] ; [ði:z] [gəʊ][baɪ][ðə; ði] [nems] [ɒv; əv] [sju'piəriəz] ,

but	He	sends	it	by	means	of	His	ambassadors	;	these	go	by	the	names	of	superiors	,
但	他	发送	它	经过	方法	的	他的	大使们	;	这些	去	经过	这	姓名	的	上级	,

但他通过他的使者派遣使者；这些使者都以上级的名义出现。

['i:kwəlz] , [in'fiəriəz] , ['sʌmtaɪmz] ['enəmɪz] .

equals	,	inferiors	,	sometimes	enemies	.
等于	,	下等人	,	有时	敌人	.

平等者、下属、有时是敌人。

[i:tʃ] [hæz; həz] [rɪ'si:vd] [ðə; ði] ['mɪʃ(ə)n] ([wɪ'ðaʊt] ['nəʊɪŋ] [ˌaɪ 'ti:]) [tu:; tə] [meɪk] [ju:; jʊ]['həʊli] ; [wʌn][baɪ] [səb'dju:] [jɔ:(r); jə(r)] [ˌɪndɪ'pendəns] ,

Each	has	received	the	mission	(	without	knowing	it	)	to	make	you	holy	;	one	by	subduing	your	independence	,
每个	有	已收到	这	使命	(	没有	会心	它	)	到	制作	你	圣	;	一	经过	制服	你的	独立	,

他们都接受了使你圣洁的使命（尽管他们自己并不知情）；其中一个通过压制你的独立性来实现这一使命。

[ə'nʌðə(r)] [baɪ] ['krʌʃɪŋ] [jɔ:(r); jə(r)] [praɪd] , [ə; eɪ] [θɜ:d] [baɪ] ['spɜ:rɪŋ] [jɔ:(r); jə(r)] ['sləʊθfəlnəs] .

another	by	crushing	your	pride	,	a	third	by	spurring	your	slothfulness	.
其他	经过	压碎	你的	自豪	,	一个	第三	经过	刺激	你的	懒惰	.

另一种方法是打击你的自尊心，第三种方法是激发你的懒惰。

[ðeɪ] [wɪl] , [ðəʊ] [fʊl'fɪlɪŋ] [gɑːdz] [kə'mɑːnd] , [duː; də][ˌaɪ 'tiː] [iːtʃ] [ɪn][hɪz; ɪz] [əʊn] [weɪ] , ['sʌmtaɪmz]

They	will	,	though	fulfilling	God's	command	,	do	it	each	in	his	own	way	,	sometimes
他们	将要	,	尽管	满足	神的	命令	,	做	它	每个	在	他的	自己的	方式	,	有时

['rʌfli] ,

roughly	,
大致	,

他们虽然都在履行上帝的命令，但每个人都会用自己的方式去做，有时甚至会做得比较粗暴。

['sʌmtaɪmz] [mə'lɪʃəsli] , ['sʌmtaɪmz] [ɪn][ə; eɪ] [weɪ] [hɑːd] [tuː; tə][beə(r)] . . .

sometimes	maliciously	,	sometimes	in	a	way	hard	to	bear	.	.	.
有时	恶意地	,	有时	在	一个	方式	难的	到	熊	.	.	.

有时是恶意的，有时是令人难以忍受的.....

[wɒt] [dʌz] [ˌaɪ 'tiː]['mætə(r)] , [səʊ] [lɒŋ] [æz; əz][juː; jʊ] [fiːl] [ðæt] [ɔːl][juː; jʊ][duː; də] , [ɔːl][juː; jʊ]['sʌfə(r)] ,

what	does	it	matter	,	so	long	as	you	feel	that	all	you	do	,	all	you	suffer	,
什么	做	它	事情	,	所以	长的	作为	你	感觉	那	全部	你	做	,	全部	你	遭受	,

只要你觉得你所做的一切，你所承受的一切，那又有什么关系呢?

[ɪz][ðə; ði] [wɪl] [ɒv; əv] [gɒd] ?

is	the	will	of	God	?
是	这	将要	的	上帝	?

这是神的旨意吗?

[duː; də][jɔː(r); jə(r)]['djuːti][æz; əz] [wel] [æz; əz][juː; jʊ][kæn; kən] , [æz; əz][juː; jʊ] [ˌʌndə'stænd] [ˌaɪ 'tiː] ,

Do	your	duty	as	well	as	you	can	,	as	you	understand	it	,
做	你的	责任	作为	出色地	作为	你	能	,	作为	你	理解	它	,

尽你所能，按照你所理解的方式履行你的职责。

[æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ɪz]['gɪv(ə)n][tuː; tə][juː; jʊ] ; [seɪ] ['sʌmtaɪmz] [tuː; tə][gɒd] , " [maɪ]['mɑːstə(r)] , [ɑːt] [ðaʊ]

as	it	is	given	to	you	;	say	sometimes	to	God	,	"	My	Master	,	art	Thou
作为	它	是	给定	到	你	;	说	有时	到	上帝	,	"	我的	掌握	,	艺术	你

['sætɪsfaɪd] [wɪð] [ˌem 'iː] ?

satisfied	with	me	?
使满意	和	我	?

照你所领受的，时常对上帝说：“我的主啊，你对我满意吗？”

" [ænd; ənd] [ðen] , [ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv] [ɒn'wiː] , [fə'tiːg] , [rɪ'pʌgnəns] , [gəʊ][ɒn] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː] ['feɪθfəli]

"	and	then	,	in	spite	of	ennui	,	fatigue	,	repugnance	,	go	on	with	it	faithfully
"	和	然后	,	在	尽管如此	的	厌倦	,	疲劳	,	厌恶	,	去	在	和	它	忠实

[tuː; tə][ðə; ði][end] .

to	the	end	.
到	这	结尾	.

然后，尽管感到厌倦、疲惫、厌恶，也要忠实地坚持到底。

[ðen] , ['weðə(r)] [preɪz] [ɔː(r)] [bleɪm] [biː; bi] [jɔːz] , [juː; jʊ] [wɪl] , [gʊd] ['feɪθf(ə)l] ['sɜːvənt] , [æt; ət] [liːst]

Then	,	whether	praise	or	blame	be	yours	,	you	will	,	good	faithful	servant	,	at	least
然后	,	无论	称赞	或者	责备	是	你的	,	你	将要	,	好的	忠实	仆人	,	在	至少

[hæv; həv] [piːs] .

have	peace	.
有	和平	.

这样，无论你受到赞扬还是责备，你这位忠诚的好仆人，至少会感到平安。

[ˌtuː'tuː] . ['hʌmb(ə)l] [tə'wɔːdz] ['ʌðə(r)z]

2	.	HUMBLE	TOWARDS	OTHERS
2	.	谦逊的	向	其他的

2. 对他人谦逊

[lʊk] [ə'pɒn] [jɔː'self] [æz; əz][ðə; ði] ['sɜːvənt] [ɒv; əv][ɔːl] , [bʌt; bət] [wɪ'ðaʊt] [ˌɒsten'teɪʃ(ə)n] ,

Look	upon	yourself	as	the	servant	of	all	,	but	without	ostentation	,
看	之上	你自己	作为	这	仆人	的	全部	,	但	没有	炫耀	,

要把自己看作是所有人的仆人，但不要炫耀。

[ɔː(r)][ðeə(r)] ['hævɪŋ] ['eni] ['nɒlɪdʒ] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] .

or	their	having	any	knowledge	of	it	.
或者	他们的	拥有	任何	知识	的	它	.

或者他们对此一无所知。

[rɪ'piːt] [tuː; tə] [jɔː'self] ['sʌmtaɪmz] [ðə; ði] [wɜːdz] [ɒv; əv][ðə; ði]['blesɪd; blest]['vɜːdʒɪn]['meəri] : " [bɪ'həʊld]

Repeat	to	yourself	sometimes	the	words	of	the	Blessed	Virgin	Mary	:	"	Behold
重复	到	你自己	有时	这	字	的	这	蒙福	处女	玛丽	:	"	看哪

[ðə; ði]['hændmeɪd][ɒv; əv][ðə; ði] [lɔːd] ,

the	handmaid	of	the	Lord	,
这	使女	的	这	主	,

有时要默念圣母玛利亚的话：“看，我是主的婢女，

" [ænd; ənd] [ðəʊz] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [lɔːd] , " [aɪ] [keɪm] [nɒt][tuː; tə][biː; bi] ['mɪnɪstə(r)] ['ʌntə; 'ʌntu] , [bʌt; bət]

"	and	those	of	our	Lord	,	"	I	came	not	to	be	ministered	unto	,	but
"	和	那些	的	我们的	主	,	"	我	来了	不是	到	是	服事	到	,	但

[tuː; tə]['mɪnɪstə(r)] ;

to	minister	;
到	部长	;

“以及我们主的那些人，‘我来不是要受人服侍，乃是要服侍人；

" [ænd; ənd] [ðen] [ækt] [tə'wɔːdz] ['ʌðə(r)z] [æz; əz] [ɪf] [juː; jʊ][wɜː(r); wə(r)][ðeə(r)] [sleɪv] , ['wɔːnɪŋ] , ['eɪdɪŋ] ,

"	and	then	act	towards	others	as	if	you	were	their	slave	,	warning	,	aiding	,
"	和	然后	行为	向	其他的	作为	如果	你	是	他们的	奴隶	,	警告	,	协助	,

['lɪsənɪŋ] ;

listening	;
聆听	;

然后像对待奴隶一样对待他人，警告、帮助、倾听；

[ə'bæʃt] [æt; ət] [wɒt] [ðeɪ] [duː; də][fɔː(r); fə(r)][juː; jʊ] ,

abashed	at	what	they	do	for	you	,
羞愧	在	什么	他们	做	为了	你	,

他们为你所做的一切令他们感到羞愧，

[ænd; ənd] ['ɔːlweɪz] ['siːmɪŋ] [pliːzd] [æt; ət] ['eniθɪŋ] [ðeɪ] [meɪ] [rɪ'kwaɪə(r)][juː; jʊ][tuː; tə][duː; də][fɔː(r); fə(r)]

and	always	seeming	pleased	at	anything	they	may	require	you	to	do	for
和	总是	似乎	高兴	在	任何事物	他们	可能	要求	你	到	做	为了

[ðem; ðəm] .

them	.
他们	.

他们似乎总是很乐意让你为他们做任何事。

[əʊ] ! [ɪf] [juː; jʊ] [njuː] [ðə; ði] [fʊl] ['miːnɪŋ] [ɒv; əv] [ðiːz] [wɜːdz] , [ɔːl] [ðeɪ] ['sɪgnɪfaɪ][ɒv; əv] [rɪ'wɔːd] [ɪn]

Oh	!	if	you	knew	the	full	meaning	of	these	words	,	all	they	signify	of	reward	in
哦	!	如果	你	知道	这	满的	意义	的	这些	字	,	全部	他们	表示	的	报酬	在

['hev(ə)n] ,

heaven	,
天堂	,

哦！如果你明白这些话的全部含义，它们都象征着天堂的奖赏，

[ɒv; əv][dʒɔɪ][ænd; ənd] [piːs] [ɒn] [ɜːθ] , [haʊ] [juː; jʊ] [wʊd] [lʌv] [ðem; ðəm] !

of	joy	and	peace	on	earth	,	how	you	would	love	them	!
的	喜悦	和	和平	在	地球	,	如何	你	会	爱	他们	!

你会多么爱世间的喜乐与和平啊！

[əʊ] ! [ɪf] [juː; jʊ] [wʊd] ['əʊnli] [meɪk] [ðem; ðəm][ðə; ði] [ruːl] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)][laɪf][ænd; ənd] [kən'dʌkt] ,

Oh	!	if	you	would	only	make	them	the	rule	of	your	life	and	conduct	,
哦	!	如果	你	会	仅有的	制作	他们	这	规则	的	你的	生活	和	执行	,

哦！如果你能将它们作为你生活和行为的准则就好了，

[haʊ] ['hæpi] [juː; jʊ] [wʊd] [biː; bi] [jɔː'self] , [ænd; ənd] [haʊ] ['hæpi] [juː; jʊ] [wʊd] [meɪk] ['ʌðə(r)z] !

how	happy	you	would	be	yourself	,	and	how	happy	you	would	make	others	!
如何	快乐的	你	会	是	你自己	,	和	如何	快乐的	你	会	制作	其他的	!

你会多么快乐，你也会给别人带来多么大的快乐！

['hæpi] [ɪn][ðə; ði][ə'pruːv(ə)l][ɒv; əv] ['kɒnʃəns] , [ðæt] ['wɪspərz] , " [juː; jʊ][hæv; həv] [dʌn] [æz; əz] [kraɪst]

Happy	in	the	approval	of	conscience	,	that	whispers	,	"	You	have	done	as	Christ
快乐的	在	这	赞同	的	良心	,	那	低语	,	"	你	有	完毕	作为	基督

[wʊd] [hæv; həv] [dʌn] .

would	have	done	.
会	有	完毕	.

因良心的认可而感到快乐，良心轻声低语：“你所做的，正是基督会做的。”

" ['hæpi] [ɪn][ðə; ði] [θɔːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [rɪ'wɔːd] ['prɒmɪst] [tuː; tə] [ðəʊz] [huː] [gɪv] ['iːv(ə)n][ə; eɪ] [kʌp]

"	Happy	in	the	thought	of	the	reward	promised	to	those	who	give	even	a	cup
"	快乐的	在	这	想法	的	这	报酬	承诺	到	那些	WHO	给	甚至	一个	杯子

[ɒv; əv][kəʊld]['wɔːtə(r)][ɪn][ðə; ði] [neɪm] [ɒv; əv]['dʒiːzəs] [kraɪst] ;

of	cold	water	in	the	name	of	Jesus	Christ	;
的	寒冷的	水	在	这	姓名	的	耶稣	基督	;

“想到奉耶稣基督的名给人一杯凉水，就能得到奖赏，我就感到快乐；

['hæpi] [ɪn][ðə; ði] [ə'ʃʊərəns] [ðæt] [gɒd] [wɪl] [duː; də][fɔː(r); fə(r)][juː; jʊ] [wɒt] [juː; jʊ][hæv; həv] [dʌn] [fɔː(r); fə(r)]

happy	in	the	assurance	that	God	will	do	for	you	what	you	have	done	for
快乐的	在	这	保证	那	上帝	将要	做	为了	你	什么	你	有	完毕	为了

['ʌðə(r)z] .

others	.
其他的	.

欣慰的是，你确信上帝会像你帮助别人一样帮助你。

[əʊ] ! [wɒt] ['mætəz] [ðen] [ɪn'grætɪtjuːd] , [fə'getflnəs] , [kən'tempt] , [ænd; ənd] [skɔːn] ?

Oh	!	what	matters	then	ingratitude	,	forgetfulness	,	contempt	,	and	scorn	?
哦	!	什么	事情	然后	忘恩负义	,	健忘	,	鄙视	,	和	轻蔑	?

哦！那么忘恩负义、健忘、轻蔑和鄙夷又算得了什么呢?

[ðeɪ] [wɪl] [peɪn] , [nəʊ] [daʊt] , [bʌt; bət] [wɪl] [hæv; həv][nəʊ]['paʊə(r)][tuː; tə] ['sædn] [ɔː(r)] [dɪs'kʌrɪdʒ] .

They	will	pain	,	no	doubt	,	but	will	have	no	power	to	sadden	or	discourage	.
他们	将要	疼痛	,	不	怀疑	,	但	将要	有	不	力量	到	悲伤	或者	阻碍	.

毫无疑问，他们会感到痛苦，但这并不能使人悲伤或气馁。

['preʃəs] ['kaʊnsl] , [ɪn'spaɪəd][baɪ] [kraɪst] [hɪm'self] , [aɪ] [bles] [juː; jʊ][fɔː(r); fə(r)][ɔːl][ðə; ði] [gʊd] [juː; jʊ]

Precious	counsel	,	inspired	by	Christ	Himself	,	I	bless	you	for	all	the	good	you
宝贵的	法律顾问	,	灵感	经过	基督	他本人	,	我	保佑	你	为了	全部	这	好的	你

[hæv; həv] [dʌn] [ˌem 'iː] !

have	done	me	!
有	完毕	我	!

宝贵的建议，源自基督的启示，我感谢你为我所做的一切好事！

[wen] [fɜːst] [ðəʊz] [wɜːdz] [faʊnd] ['entrəns] [tuː; tə][maɪ] [hɑːt] ,

When	first	those	words	found	entrance	to	my	heart	,
什么时候第一的		那些	字	成立	入口	到	我的	心	,

当这些话语第一次触动我的心弦时

[ðeɪ] [brɔːt] [wɪð] [ðem; ðəm] [piːs] [ænd; ənd] [streŋθ] [tuː; tə][stænd] [ə'genst] [dɪ'sepʃn] , [dɪ'zɜːʃn]

they	brought	with	them	peace	and	strength	to	stand	against	deception	,	desertion
他们	带来	和	他们	和平	和	力量	到	站立	反对	欺骗	,	逃兵

,

,

,

他们带来了和平与力量，足以抵御欺骗和背叛。

[dɪs'kʌrɪdʒmənt] [ænd; ənd][ðə; ði] ['rezəlu:t] [wɪl] [tu:; tə][lɪv; laɪv][ə; eɪ][laɪf] [mɔ:(r)] [dɪ'vəʊtɪd] [tu:; tə] [gɒd] ,

discouragement	**and**	**the**	**resolute**	**will**	**to**	**live**	**a**	**life**	**more**	**devoted**	**to**	**God**	**,**
沮丧	和	这	坚决	将要	到	居住	一个	生活	更多的	奉献	到	上帝	,

[mɔ:(r)][ju'naɪtɪd][tu:; tə] [hɪm] ,

more	**united**	**to**	**Him**	**,**
更多的	团结的	到	他	,

尽管心灰意冷，但我决心过一种更加虔诚、更加与上帝紧密相连的生活。

[mɔ:(r)] [kən'tentɪd] , [ænd; ənd]['evə(r)] ['presɪŋ] ['ɒnwəd] [tə'wɔ:dz] ['hev(ə)n] .

more	**contented**	**,**	**and**	**ever**	**pressing**	**onward**	**towards**	**heaven**	**.**
更多的	满足	,	和	曾经	紧迫	向前	向	天堂	.

更加满足，并不断向着天堂迈进。

[wʌns] [mɔ:(r)] , [ai] [bles] [ju:; jʊ] !

Once	**more**	**,**	**I**	**bless**	**you**	**!**
一次	更多的	,	我	保佑	你	!

再次祝福你！

['preʃəs] ['kaunsəl] , [ɪn'laɪt(ə)n] , [gaɪd] , [ænd; ənd] [li:d] [ˌem 'i:] .

Precious	**counsels**	**,**	**enlighten**	**,**	**guide**	**,**	**and**	**lead**	**me**	**.**
宝贵的	律师	,	开导	,	指导	,	和	带领	我	.

宝贵的建议，启迪我，指引我，引领我。

[eɪtθ] .

VIII	**.**
八	.

第八章

[ə; eɪ]['sɪmp(ə)l] [preə(r)]

A	**Simple**	**Prayer**
一个	简单的	祷告

简单的祈祷

[əʊ]['dʒi:zju:] !

O	**Jesu**	**!**
哦	耶稣	!

哦，耶稣！

[ɪn][ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv] ['glɔ:ri] [fə'get] [nɒt] [ðə; ði] ['sædnəs] [ə'pɒn] [ɜ:θ] !

in	**the**	**midst**	**of**	**glory**	**forget**	**not**	**the**	**sadness**	**upon**	**earth**	**!**
在	这	中间	的	荣耀	忘记	不是	这	悲伤	之上	地球	!

在荣耀之中，也不要忘记人间的悲伤！

[hæv; həv] ['mɜ:si] [ə'pɒn] [ðəʊz] [tu:; tə] [hu:m] [gɒd] [hæz; həz] [sent] [ðə; ði]['bɪtə(r)]['traɪəl][ɒv; əv] [ˌsepə'reɪʃn]

Have	**mercy**	**upon**	**those**	**to**	**whom**	**God**	**has**	**sent**	**the**	**bitter**	**trial**	**of**	**separation**
有	怜悯	之上	那些	到	谁	上帝	有	发送	这	苦的	审判	的	分离

[frɒm; frəm] [ðəʊz] [ðeɪ] [lʌv] !

from	**those**	**they**	**love**	**!**
从	那些	他们	爱	!

上帝要怜悯那些遭受与所爱之人分离的痛苦考验的人！

[hæv; həv] ['mɜ:si] [ɒn] [ðæt] ['ləʊnlinəs] [ɒv; əv] [hɑ:t] , [səʊ] [fʊl] [ɒv; əv] ['sædnəs] , [səʊ] ['krʌʃɪŋ] ,

Have	**mercy**	**on**	**that**	**loneliness**	**of**	**heart**	**,**	**so**	**full**	**of**	**sadness**	**,**	**so**	**crushing**	**,**
有	怜悯	在	那	孤独	的	心	,	所以	满的	的	悲伤	,	所以	压碎	,

['sʌmtaɪmz] [fʊl] [ɒv; əv]['terə(r)] !

sometimes	**full**	**of**	**terror**	**!**
有时	满的	的	恐怖	!

请怜悯那颗孤独的心，它充满了悲伤，令人心碎，有时甚至充满了恐惧！

[hæv; həv] ['mɜːsi] [ə'pɒn] [ðəʊz] ['strʌg(ə)lɪŋ] [ə'genst] [ðə; ði] ['dɪfɪkəltɪz] [ɒv; əv] [laɪf] , [ænd; ənd] [feɪnt] [wɪð]

Have	**mercy**	**upon**	**those**	**struggling**	**against**	**the**	**difficulties**	**of**	**life**	**,**	**and**	**faint**	**with**
有	怜悯	之上	那些	挣扎	反对	这	困难	的	生活	,	和	头晕的	和

[dɪs'kʌrɪdʒmənt] !

discouragement	**!**
沮丧	!

请怜悯那些在生活中挣扎求生、因沮丧而气馁的人们!

[hæv; həv] ['mɜːsi] [ɒn] [ðəʊz] [huːm] ['fɔːtʃuːn] ['feɪvəz] , [huːm] [ðə; ði] [wɜːld] ['fæsineit] , [ænd; ənd] [huː]

Have	**mercy**	**on**	**those**	**whom**	**fortune**	**favors**	**,**	**whom**	**the**	**world**	**fascinates**	**,**	**and**	**who**
有	怜悯	在	那些	谁	财富	恩惠	,	谁	这	世界	令人着迷	,	和	WHO

[ɑː(r); ə(r)] [friː] [frɒm; frəm][keə(r)] !

are	**free**	**from**	**care**	**!**
是	自由的	从	关心	!

怜悯那些幸运之人，那些被世人所吸引的人，那些无忧无虑的人!

[hæv; həv] ['mɜːsi] [ɒn] [ðəʊz] [tuː; tə] [huːm] [ðaʊ] [hæst]['gɪv(ə)n] [greɪt] ['tendənəs] [ɒv; əv] [hɑːt] , [greɪt]

Have	**mercy**	**on**	**those**	**to**	**whom**	**Thou**	**hast**	**given**	**great**	**tenderness**	**of**	**heart**	**,**	**great**
有	怜悯	在	那些	到	谁	你	哈斯特	给定	伟大的	压痛	的	心	,	伟大的

['sensətɪvnəs] !

sensitiveness	**!**
敏感性	!

求主怜悯那些被赋予了温柔心灵和敏锐感知力的人!

[hæv; həv] ['mɜːsi] [ɒn] [ðəʊz] [huː] [siːs] [tuː; tə] [lʌv] [ˌjuː 'es] ,

Have	**mercy**	**on**	**those**	**who**	**cease**	**to**	**love**	**us**	**,**
有	怜悯	在	那些	WHO	停止	到	爱	我们	,

怜悯那些不再爱我们的人，

[ænd; ənd]['nevə(r)] [meɪ] [ðeɪ] [nəʊ] [ðə; ði] [peɪn] [ðeɪ] [kɔːz] !

and	**never**	**may**	**they**	**know**	**the**	**pain**	**they**	**cause**	**!**
和	绝不	可能	他们	知道	这	疼痛	他们	原因	!

愿他们永远不会知道自己造成的痛苦!

[hæv; həv] ['mɜːsi] [ɒn] [ðəʊz] [huː] [hæv; həv] ['grædʒuəli] [wɪð'drɔːn] [frɒm; frəm]['həʊli] [kə'mjuːniən] [ænd; ənd]

Have	**mercy**	**on**	**those**	**who**	**have**	**gradually**	**withdrawn**	**from**	**Holy**	**Communion**	**and**
有	怜悯	在	那些	WHO	有	逐步地	撤回	从	圣	圣餐	和

[preə(r)] , [ænd; ənd] ['luːzɪŋ] [piːs] [wɪ'ðɪn] ,

Prayer	**,**	**and**	**losing**	**peace**	**within**	**,**
祷告	,	和	输	和平	之内	,

怜悯那些逐渐远离圣餐和祈祷，失去内心平安的人。

[wiːp] , [jet] [deə(r)] [nɒt] [rɪ'tɜːn] [tuː; tə] [ðiː] !

weep	**,**	**yet**	**dare**	**not**	**return**	**to**	**Thee**	**!**
哭泣	,	然而	敢	不是	返回	到	汝	!

哭泣吧，却不敢回到你身边!

[hæv; həv] ['mɜːsi] [ɒn] [ɔːl] [wiː; wi] [lʌv] ; [meɪk] [ðem; ðəm]['həʊli]['iːv(ə)n] [θruː] ['sʌfərɪŋ] !

Have	**mercy**	**on**	**all**	**we**	**love**	**;**	**make**	**them**	**holy**	**even**	**through**	**suffering**	**!**
有	怜悯	在	全部	我们	爱	;	制作	他们	圣	甚至	通过	痛苦	!

怜悯我们所爱的一切；即使遭受苦难，也要使他们圣洁!

[ɪf] ['evə(r)] [ðeɪ] [ɪ'streɪndʒ] [ðəm'selvz] [frɒm; frəm] [ðiː] , [teɪk] , [əʊ] , [teɪk] [ɔːl][maɪ][dʒɔɪz] ,

if	**ever**	**they**	**estrange**	**themselves**	**from**	**Thee**	**,**	**take**	**,**	**oh**	**,**	**take**	**all**	**my**	**joys**	**,**
如果	曾经	他们	离间	他们自己	从	汝	,	拿	,	哦	,	拿	全部	我的	喜悦	,

如果他们背离你，请带走我所有的快乐，哦，请带走我所有的快乐。

[ænd; ənd] [dɪ'kɔɪ] [ðem; ðəm] [wɪð] [ðə; ði] ['pleʒəz] [bæk] [ə'gen] [tuː; tə] [ðiː] !

and	**decoy**	**them**	**with**	**the**	**pleasures**	**back**	**again**	**to**	**Thee**	**!**
和	诱饵	他们	和	这	快乐	后退	再次	到	汝	!

用快乐引诱他们，让他们再次归向你!

[hæv; həv] ['mɜːsi] [ɒn] [ðəʊz] [huː] [wiːp] , [ðəʊz] [huː] [preɪ] , [ðəʊz] [huː] [nəʊ] [nɒt] [haʊ] [tuː; tə] [preɪ] !

Have	**mercy**	**on**	**those**	**who**	**weep**	**,**	**those**	**who**	**pray**	**,**	**those**	**who**	**know**	**not**	**how**	**to**	**pray**	**!**
有	怜悯	在	那些	WHO	哭泣	,	那些	WHO	祈祷	,	那些	WHO	知道	不是	如何	到	祈祷	!

怜悯那些哭泣的人，那些祈祷的人，那些不知道如何祈祷的人！

[tuː; tə] [ɔːl] , [əʊ] ['dʒiːzəs] , [grɑːnt] [həʊp] [ænd; ənd] [piːs] !

To	**all**	**,**	**O**	**Jesus**	**,**	**grant**	**Hope**	**and**	**Peace**	**!**
到	全部	,	哦	耶稣	,	授予	希望	和	和平	!

耶稣啊，请赐予众生希望与平安！

[ɪks] .

IX	**.**
第九章	.

九、

['sɪmp(ə)l] ['kaunsəl] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [jʌŋ] [gɜːl]

Simple	**Counsels**	**for**	**a**	**Young**	**Girl**
简单的	律师	为了	一个	年轻的	女孩

给年轻女孩的简单建议

[jes] , ['veri] ['sɪmp(ə)l] .

Yes	**,**	**very**	**simple**	**.**
是的	,	非常	简单的	.

是的，非常简单。

['lɪs(ə)n] [maɪ] [tʃaɪld] , [ænd; ənd] [meɪ] [ðeɪ] [sɪŋk] [diːp] ['ɪntuː] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] ,

Listen	**my**	**child**	**,**	**and**	**may**	**they**	**sink**	**deep**	**into**	**your**	**heart**	**,**
听	我的	孩子	,	和	可能	他们	下沉	深的	进入	你的	心	,

孩子，请倾听，愿它们深深铭刻在你的心中。

[æz; əz] [ðə; ði] [djuː] [sɪŋks] [ɪn] [ðə; ði] ['keɪlɪks] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['flaʊə(r)] .

as	**the**	**dew**	**sinks**	**in**	**the**	**calyx**	**of**	**the**	**flower**	**.**
作为	这	露	水槽	在	这	花萼	的	这	花	.

露水渗入花萼。

[ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [maɪ] ['kaunsəl] : —

These	**are**	**my**	**counsels**	**:**	**—**
这些	是	我的	律师	:	—

我的忠告如下：——

[dɪs'trʌst] [ðə; ði] [lʌv] [ðæt] ['kɒmz] [tuː] ['sʌd(ə)nli] .

Distrust	**the**	**love**	**that**	**comes**	**too**	**suddenly**	**.**
怀疑	这	爱	那	来	也	突然	.

不要信任来得太突然的爱情。

[dɪs'trʌst] [ðə; ði] ['pleʒə(r)] [ðæt] ['fæsineit] [səʊ] ['kiːnli] .

Distrust	**the**	**pleasure**	**that**	**fascinates**	**so**	**keenly**	**.**
怀疑	这	乐趣	那	令人着迷	所以	敏锐地	.

不要信任那些让你如此着迷的快乐。

[dɪs'trʌst] [ðə; ði] [wɜːdz] [ðæt] ['trʌb(ə)l] [ɔː(r)] [tʃɑːm] .

Distrust	**the**	**words**	**that**	**trouble**	**or**	**charm**	**.**
怀疑	这	字	那	麻烦	或者	魅力	.

不要相信那些令人烦恼或迷人的话语。

[dɪs'trʌst] [ðə; ði] [bʊk] [ðæt] [meɪks] [juː; jʊ] [driːm] .

Distrust	**the**	**book**	**that**	**makes**	**you**	**dream**	**.**
怀疑	这	书	那	制作	你	梦	.

不要相信让你做梦的书。

[dɪs'trʌst] [ðə; ði] [θɔːt] [juː; jʊ] ['kænɒt] [kən'faɪd] [tuː; tə] [jɔː(r); jə(r)] ['mʌðə(r)] .

Distrust	**the**	**thought**	**you**	**cannot**	**confide**	**to**	**your**	**mother**	**.**
怀疑	这	想法	你	不能	信任	到	你的	母亲	.

不要相信那些你无法向母亲倾诉的想法。

['treʒə(r)] [ðiːz] ['kaunsəl] , [ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] [æz; əz][juː; jʊ] [riːd] [ðem; ðəm] , [ɑːsk] [jɔː'self] , "
Treasure these counsels , and sometimes as you read them , ask yourself , "
宝藏 这些 律师 , 和 有时 作为 你 读 他们 , 问 你自己 , "
[waɪ] ?
Why ?
为什么 ?

珍惜这些建议，有时在阅读它们时，问问自己："为什么？"

" ['gɑːdiən] ['eɪndʒl][ɒv; əv][ðə; ði][tʃaɪld][wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [ə'dresɪŋ] ,
" Guardian Angel of the child we are addressing ,
" 监护人 天使 的 这 孩子 我们 是 解决 ,

"我们正在谈论的这个孩子的守护天使，

[tiːtʃ] [hɜː(r); hə(r)][ðə; ði]['riːz(ə)n][ɒv; əv] [ðiːz] ['sentənsɪz] [ðæt] [siːm] [tuː; tə][hɜː(r); hə(r)][səʊ][ɪg'zædʒəreɪtɪd]
teach her the reason of these sentences that seem to her so exaggerated
教 她 这 原因 的 这些 句子 那 似乎 到 她 所以 夸张的
!
!
!

告诉她这些在她看来如此夸张的句子背后的含义！

[eks] .
X .
X .

X.

[ə; eɪ] ['resəpi] [fɔː(r); fə(r)]['nevə(r)] [ə'nɔɪɪŋ] ['aʊə(r)] [frendz]
A Recipe for Never Annoying Our Friends
一个 食谱 为了 绝不 恼人的 我们的 朋友们

如何才能不惹恼朋友

[ðɪs] [wɒz; wəz] [meɪd] [baɪ][wʌn] [huː] [hæd; həd] ['sʌfəd] [mʌtʃ] [fɔː(r); fə(r)] ['meni] [j'iəz] [frɒm; frəm]
This was made by one who had suffered much for many years from
这 曾是 制成 经过 一 WHO 有 遭受 很多 为了 许多 年 从
['nʌmbələs] ['lɪt(ə)l] ['wʌrɪs] ,
numberless little worries ,
无数 小的 担忧 ,

这是由一位多年来饱受无数琐碎烦恼折磨的人所创作的。

[ə'keɪʒnd] [baɪ][ə; eɪ] ['relətɪv] , [huːz] [ə'fekʃn] [nəʊ] [daʊt] [wɒz; wəz][sɪn'sɪə(r)][ænd; ənd] [dɪ'vəʊtɪd] ,
occasioned by a relative , whose affection no doubt was sincere and devoted ,
引发 经过 一个 相对的 , 谁 感情 不 怀疑 曾是 真诚 和 奉献 ,
[bʌt; bət]['ɔːlsəʊ] [tuː] ['ɑːd(ə)nt] ,
but also too ardent ,
但 还 也 热心 ,

这是由一位亲戚引起的，这位亲戚的爱无疑是真挚而深厚的，但也过于热烈了。

[ænd; ənd] ['wɒntɪŋ] [ɪn] [dɪ'skreʃn] .
and wanting in discretion .
和 想要 在 审慎 .

而且缺乏谨慎。

[ðeə(r)] [mʌst; məst][biː; bi][ˌmɒdə'reɪʃ(ə)n][ɪn][ɔːl] [θɪŋz] , ['iːv(ə)n][ɪn][ðə; ði] [lʌv] [wiː; wi]['mænɪfest] ,
There must be moderation in all things , even in the love we manifest ,
那里 必须 是 适度 在 全部 事物 , 甚至 在 这 爱 我们 显现 ,

凡事都要适度，即使是我们所表达的爱也不例外。

[ðə; ði][keə(r)][wiː; wi] [teɪk] [tuː; tə] [ʃiːld] [ðem; ðəm][frɒm; frəm] ['trʌb(ə)l] .
the care we take to shield them from trouble .
这 关心 我们 拿 到 盾 他们 从 麻烦 .

我们尽一切努力保护他们免受伤害。

[ðɪs] ['resəpi] [kən'sɪsts] [ɒv; əv][bʌt; bət][fɔː(r)]['sɪmp(ə)l] [ruːlz] , ['veri] [klɪə(r)] , ['veri] [prɪ'saɪs] .

This	recipe	consists	of	but	four	simple	rules	,	very	clear	,	very	precise	.
这	食谱	由	的	但	四	简单的	规则	,	非常	清除	,	非常	精确的	.

这个食谱只有四条简单的规则，非常清晰，非常精确。

[bɪ'həʊld][ðem; ðəm] : — [wʌn] .

Behold	them	:	—	1	.
看哪	他们	:	—	1	.

看哪，他们：—1.

['ɔːlweɪz] [liːv] [maɪ] [frend] ['sʌmθɪŋ] [mɔː(r)][tuː; tə][dɪ'zaɪə(r)][ɒv; əv][ˌem 'iː] .

Always	leave	my	friend	something	more	to	desire	of	me	.
总是	离开	我的	朋友	某物	更多的	到	欲望	的	我	.

永远给我的朋友留下一些让我更值得期待的东西。

[ɪf] [hiː; hi][ɑːsks][ˌem 'iː][tuː; tə][gəʊ][ænd; ənd] [siː] [hɪm] [θriː] [taɪmz] , [aɪ][gəʊ][bʌt; bət] [twaɪs] .

If	he	asks	me	to	go	and	see	him	three	times	,	I	go	but	twice	.
如果	他	问	我	到	去	和	看	他	三	时代	,	我	去	但	两次	.

如果他三次要求我去见他，我只会去两次。

[hiː; hi] [wɪl] [lʊk] ['fɔːwəd] [tuː; tə][maɪ] ['kʌmɪŋ] [ə; eɪ] [θɜːd] [taɪm] , [ænd; ənd] [wen] [aɪ][gəʊ] ,

He	will	look	forward	to	my	coming	a	third	time	,	and	when	I	go	,
他	将要	看	向前	到	我的	未来	一个	第三	时间	,	和	什么时候	我	去	,

他会期待我第三次到来，而当我离开时，

[rɪ'siːv] [ˌem 'iː][ðə; ði][mɔː(r)] ['kɔːdiəli] .

receive	me	the	more	cordially	.
收到	我	这	更多的	诚挚地	.

请更加热情地接待我。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][səʊ] [swiːt] [tuː; tə] [fiːl] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] ['niːdɪd] , [ænd; ənd][səʊ][hɑːd][tuː; tə][biː; bi] [θɔːt]

It	is	so	sweet	to	feel	we	are	needed	,	and	so	hard	to	be	thought
它	是	所以	甜的	到	感觉	我们	是	需要	,	和	所以	难的	到	是	想法

[ɪm'pɔːtʃənət] .

importunate	.
纠缠不休	.

被人需要的感觉真好，但被认为烦人又让人难受。

[ˌtuː'tuː] . [biː; bi]['juːsf(ə)l][tuː; tə][maɪ] [frend] [æz; əz][fɑː(r)][æz; əz][hiː; hi] [pə'mɪts] , [ænd; ənd][nəʊ]['fɑːðə(r)] .

2	.	Be	useful	to	my	friend	as	far	as	he	permits	,	and	no	farther	.
2	.	是	有用	到	我的	朋友	作为	远的	作为	他	许可证	,	和	不	更远	.

2. 在朋友允许的范围内帮助他，仅此而已。

[æn; ən]['əʊvə(r)] - ['æŋkʃəs] [ə'fekʃn] [bɪ'kʌmz] ['taɪəsəm] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [ˌmʌltɪ'plɪsəti] [ɒv; əv] ['bjuːtɪf(ə)l]

An	over	-	anxious	affection	becomes	tiresome	,	and	a	multiplicity	of	beautiful
一个	超过	-	焦虑的	感情	变成	令人厌烦	,	和	一个	多重性	的	美丽的

['sentɪmənts] [meɪks] [ðem; ðəm]['ɔːlməʊst] [ˌɪnsə'pɔːtəbl] .

sentiments	makes	them	almost	insupportable	.
情感	制作	他们	几乎	站不住脚的	.

过分热情的爱慕会让人厌烦，而过多的美好情感又会使人难以忍受。

[dɪ'vəʊʃn] [tuː; tə][ə; eɪ] [frend] [dʌz] [nɒt][kən'sɪst; 'kɒnsɪst][ɪn] ['duːɪŋ] ['evriθɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][hɪm] ,

Devotion	to	a	friend	does	not	consist	in	doing	everything	for	him	,
虔诚	到	一个	朋友	做	不是	由	在	正在做	一切	为了	他	,

对朋友的忠诚并非在于为他做一切事，

[bʌt; bət] ['sɪmpli] [ðæt] [wɪtʃ] [ɪz] [ə'griːəb(ə)l] [ænd; ənd][ɒv; əv] ['sɜːvɪs] [tuː; tə][hɪm] ,

but	simply	that	which	is	agreeable	and	of	service	to	him	,
但	简单地	那	哪个	是	同意	和	的	服务	到	他	,

但只要是令他高兴且对他有用的事就行了。

[ænd; ənd] [let] [ˌaɪ 'tiː] ['ənlɪ] [biː; bi] [rɪ'viːld] [tuː; tə] [hɪm] [baɪ] ['æksɪdənt] .

and	let	it	only	be	revealed	to	him	by	accident	.
和	让	它	仅有的	是	揭晓	到	他	经过	事故	.

而且要让他偶然发现这件事。

[wiː; wi] [ɔːl] [lʌv] ['friːdəm] , [ænd; ənd] [klɪŋ] [tə'neɪʃəslɪ] [tuː; tə] ['aʊə(r)] ['lɪt(ə)l] ['fænsɪz] ;

We	all	love	freedom	,	and	cling	tenaciously	to	our	little	fancies	;
我们	全部	爱	自由	,	和	黏着	顽强地	到	我们的	小的	幻想	;

我们都热爱自由，并且顽固地坚持着我们的小小幻想；

[wiː; wi] [duː; də] [nɒt] [laɪk] ['ʌðə(r)z] [tuː; tə] [ə'reɪndʒ] [wɒt] [wiː; wi] [hæv; həv] ['pɜːpəslɪ] [left] [ɪn] [dɪs'ɔːdə(r)] ;

we	do	not	like	others	to	arrange	what	we	have	purposely	left	in	disorder	;
我们	做	不是	喜欢	其他的	到	安排	什么	我们	有	故意	左边	在	紊乱	;

我们不喜欢别人整理我们故意留下的凌乱不堪的东西；

[wiː; wi] ['iːv(ə)n] [rɪ'zent] [ðeə(r)] ['əʊvə(r)] - [æŋ'zaɪəti] [ænd; ənd] [keə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [ˌjuː 'es] .

we	even	resent	their	over	-	anxiety	and	care	for	us	.
我们	甚至	怨恨	他们的	超过	-	焦虑	和	关心	为了	我们	.

我们甚至对他们过度的焦虑和关心感到不满。

[θriː] . [biː; bi] [mʌtʃ] ['ɒkjupaɪd] [wɪð] [maɪ] [əʊn] [ə'feəz] , [ænd; ənd] ['lɪt(ə)l] , ['veri] ['lɪt(ə)l] , [wɪð] [ðəʊz] [ɒv; əv]

3	.	Be	much	occupied	with	my	own	affairs	,	and	little	,	very	little	,	with	those	of
3	.	是	很多	占领	和	我的	自己的	事务	,	和	小的	,	非常	小的	,	和	那些	的

[maɪ] [frend] .

my	friend	.
我的	朋友	.

3. 我多忙于自己的事情，少操心朋友的事情。

[ðɪs] [ɪn'fæləblɪ] [liːdz] [tuː; tə] [ə; eɪ] ['feɪvərəb(ə)l] [rɪ'zʌlt] .

This	infallibly	leads	to	a	favorable	result	.
这	绝对正确	线索	到	一个	有利	结果	.

这必然会带来有利的结果。

[tuː; tə] [bɪ'gɪn] [wɪð] , [ɪn] ['ɔkjupaɪŋ] [maɪ'self] [wɪð] [maɪ] [əʊn] [ə'feəz] , [aɪ] [ʃæl; ʃəl] [ðə; ðɪ] [mɔː(r)] ['spiːdəlɪ]

To	begin	with	,	in	occupying	myself	with	my	own	affairs	,	I	shall	the	more	speedily
到	开始	和	,	在	占领	我	和	我的	自己的	事务	,	我	将	这	更多的	迅速地

[ə'kʌmplɪʃ] [ðem; ðəm] ,

accomplish	them	,
完成	他们	,

首先，如果我专注于处理自己的事务，就能更快地完成它们。

[waɪl] [maɪ] [frend] [ɪz] ['duːɪŋ] [ðə; ðɪ] [seɪm] .

while	my	friend	is	doing	the	same	.
尽管	我的	朋友	是	正在做	这	相同的	.

我的朋友也在做同样的事情。

[ɪf] [hiː; hi] [ə'piːlz] [tuː; tə] [ˌem 'iː] [fɔː(r); fə(r)] [help] , [aɪ] [wɪl] [gəʊ] [θruː] ['faɪə(r)] [ænd; ənd] ['wɔːtə(r)] [tuː; tə]

If	he	appeals	to	me	for	help	,	I	will	go	through	fire	and	water	to
如果	他	上诉	到	我	为了	帮助	,	我	将要	去	通过	火	和	水	到

[sɜːv] [hɪm] ,

serve	him	,
服务	他	,

如果他向我求助，我愿赴汤蹈火去帮助他。

[bʌt; bət] [ɪf] [nɒt] , [ðen] [aɪ] [duː; də] [bəuθ] [maɪ'self] [ænd; ənd] [hɪm] [ðə; ðɪ] ['greɪtə(r)] ['sɜːvɪs] [baɪ] [əb'steɪnɪŋ] .

but	if	not	,	then	I	do	both	myself	and	him	the	greater	service	by	abstaining	.
但	如果	不是	,	然后	我	做	两个都	我	和	他	这	更大的	服务	经过	禁欲	.

但如果不是这样，那么我选择克制，对我自己和他来说都是更大的好处。

[ɪf] , [haʊ'evə(r)] , [ai][kæn; kən] [sɜːv] [hɪm] [wɪ'ðaʊt] [hɪz; ɪz] ['nɒlɪdʒ] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd][ai][kæn; kən]

If	**,**	**however**	**,**	**I**	**can**	**serve**	**him**	**without**	**his**	**knowledge**	**of**	**it**	**,**	**and**	**I**	**can**
如果	,	然而	,	我	能	服务	他	没有	他的	知识	的	它	,	和	我	能

[siː] [hɪz; ɪz] [niːd] ,

see	**his**	**need**	**,**
看	他的	需要	,

但是，如果我能在他不知情的情况下帮助他，而且我能看出他的需要，

[ðen] [ai][mʌst; məst][biː; bi] ['ɔːlweɪz] ['redi] [tuː; tə][duː; də][ˌaɪ 'tiː] . [fɔːr] .

then	**I**	**must**	**be**	**always**	**ready**	**to**	**do**	**it**	**.**	**4**	**.**
然后	我	必须	是	总是	准备好	到	做	它	.	4	.

那么我必须时刻准备好去做这件事。4.

[liːv] [maɪ] [frend] ['ɔːlweɪz] [æt; ət] ['lɪbəti] [tuː; tə] [θɪŋk] [ænd; ənd][ækt][fɔː(r); fə(r)] [hɪm'self] [ɪn] ['mætəz]

Leave	**my**	**friend**	**always**	**at**	**liberty**	**to**	**think**	**and**	**act**	**for**	**himself**	**in**	**matters**
离开	我的	朋友	总是	在	自由	到	思考	和	行为	为了	他自己	在	事情

[ɒv; əv]['lɪt(ə)l] [ɪm'pɔːt(ə)ns] .

of	**little**	**importance**	**.**
的	小的	重要性	.

对于一些无关紧要的事情，我的朋友应该始终拥有自由去思考和行动。

[waɪ] [kəm'pel] [hɪm] [tuː; tə] [θɪŋk] [ænd; ənd][ækt] [wɪð] [ˌem 'iː] ?

Why	**compel**	**him**	**to**	**think**	**and**	**act**	**with**	**me**	**?**
为什么	迫使	他	到	思考	和	行为	和	我	?

为什么要强迫他与我的想法和行动?

[ˌeɪ 'em][ai][ðə; ði] [taɪp] [ɒv; əv][ɔːl] [ðæt] [ɪz] ['bjuːtɪf(ə)l] [ænd; ənd] [raɪt] ?

Am	**I**	**the**	**type**	**of**	**all**	**that**	**is**	**beautiful**	**and**	**right**	**?**
是	我	这	类型	的	全部	那	是	美丽的	和	正确的	?

我是否具备所有美好和正确的品质?

[ɪz][ˌaɪ 'tiː][nɒt] [əb'sɜːd] [tuː; tə] [θɪŋk] [ðæt] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ə'nʌðə(r)] [ækts][ænd; ənd] [θɪŋks] ['dɪfrəntli] [tuː; tə]

Is	**it**	**not**	**absurd**	**to**	**think**	**that**	**because**	**another**	**acts**	**and**	**thinks**	**differently**	**to**
是	它	不是	荒诞	到	思考	那	因为	其他	行为	和	思考	不同	到

[maɪ'self] ,

myself	**,**
我	,

仅仅因为别人的行为和想法与我不同，就认为我也是受害者，这种想法难道不荒谬吗?

[hiː; hi][mʌst; məst] [niːdz] [biː; bi] [rɒŋ] ?

he	**must**	**needs**	**be**	**wrong**	**?**
他	必须	需求	是	错误的	?

他一定是错了吧?

[nəʊ] [daʊt] [ai] [meɪ] [nɒt] ['ɔːlweɪz] [seɪ] , " [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] [raɪt] ,

No	**doubt**	**I**	**may**	**not**	**always**	**say**	**,**	**"**	**You**	**are**	**right**	**,**
不	怀疑	我	可能	不是	总是	说	,	"	你	是	正确的	,

毫无疑问，我可能不会总是说，“你是对的”，

" [bʌt; bət][ai][kæn; kən][æt; ət] ['eni] [reɪt] [let] [hɪm] [θɪŋk] [ˌaɪ 'tiː] .

"	**but**	**I**	**can**	**at**	**any**	**rate**	**let**	**him**	**think**	**it**	**.**
"	但	我	能	在	任何	速度	让	他	思考	它	.

但至少我可以让他这么想。

[traɪ] [ðɪs] ['resəpi] [ɒv; əv] [maɪn] , [ænd; ənd][ai][kæn; kən]['ɑːnsə(r)] [fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː][jɔː(r); jə(r)] ['frendʃɪp] [wɪl]

Try	**this**	**recipe**	**of**	**mine**	**,**	**and**	**I**	**can**	**answer**	**for**	**it**	**your**	**friendship**	**will**
尝试	这	食谱	的	矿	,	和	我	能	回答	为了	它	你的	友谊	将要

[biː; bi] ['lɑːstɪŋ] .

be	**lasting**	**.**
是	持久	.

试试我的这个食谱，我保证你们的友谊会长久。

[saɪ; zaɪ; ksaɪ; gzaɪ] .

XI **.**

十一 .

十一、

[bɪ'niːθ] [ðə; ði] [aɪ] [ɒv; əv] [gɒd] , [gɒd] ['əʊnli]

Beneath **the** **Eye** **of** **God** **,** **God** **Only**

下面 这 眼睛 的 上帝 , 上帝 仅有的

在上帝的注视下，唯有上帝。

[æz; əz] [juː; jʊ] [riːd] [ðiːz] [wɜːdz] , [ɑː(r); ə(r)] [juː; jʊ] [nɒt] ['kɒnʃəs] [ɒv; əv] [æn; ən] ['ɪnwəd] ['fiːlɪŋ] [ɒv; əv]

As **you** **read** **these** **words** **,** **are** **you** **not** **conscious** **of** **an** **inward** **feeling** **of**

作为 你 读 这些 字 , 是 你 不是 有意识的 的 一个 向内 感觉 的

[piːs] [ænd; ənd] ['kwaɪətnəs] ?

peace **and** **quietness** **?**

和平 和 寂静 ?

当你读到这些文字时，你是否感受到内心的平静与安宁?

[bɪ'niːθ] [gɑːdz] [aɪ] !

Beneath **God's** **Eye** **!**

下面 神的 眼睛 !

在上帝的注视之下!

[ðeə(r)] [ɪz] ['sʌmθɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [θɔːt] [laɪk] [ə; eɪ] ['ʃeltərɪŋ] [rɒk] , [ə; eɪ] [rɪ'freʃɪŋ] [djuː] , [ə; eɪ]

there **is** **something** **in** **the** **thought** **like** **a** **sheltering** **rock** **,** **a** **refreshing** **dew** **,** **a**

那里 是 某物 在 这 想法 喜欢 一个 庇护所 岩石 , 一个 令人耳目一新 露 , 一个

[gliːm] [ɒv; əv] [laɪt] .

gleam **of** **light** **.**

闪耀 的 光 .

这种想法就像一块庇护的岩石，一滴清凉的露珠，一道耀眼的光芒。

[ɑː] ! [waɪ] ['ɔːlweɪz] [sʌtʃ] [siːkɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] [sʌm; səm] [wʌn] [tuː; tə] [siː] [ˌem 'iː] , [tuː; tə] [ˌʌndə'stænd] ,

Ah **!** **why** **always** **such** **seeking** **for** **some** **one** **to** **see** **me** **,** **to** **understand** **,**

! 为什么 总是 这样的 寻求 为了 一些 一 到 看 我 , 到 理解 ,

[ə'priːʃieɪt] , [preɪz] [ˌem 'iː] ?

appreciate **,** **praise** **me** **?**

欣赏 , 称赞 我 ?

啊！为什么我总是渴望有人能看到我、理解我、欣赏我、赞美我呢?

[ðə; ði] ['hjuːmən] [aɪ] [aɪ] [siːk] [ɪz] [laɪk] [ðə; ði] ['skɔːtʃɪŋ] [reɪ] [ðæt] [di'strɔi] [ɔːl] [ðə; ði] ['delɪkət] [k'ʌləz] [ɪn]

The **human** **eye** **I** **seek** **is** **like** **the** **scorching** **ray** **that** **destroys** **all** **the** **delicate** **colors** **in**

这 人类 眼睛 我 寻找 是 喜欢 这 灼热 射线 那 摧毁 全部 这 精美的 颜色 在

[ðə; ði] [məʊst] ['kɒstli] [mə'tɪəriəl] .

the **most** **costly** **material** **.**

这 最多 昂贵 材料 .

我所追求的人眼，就像灼热的光线，会摧毁最昂贵材料上所有精致的色彩。

['evri] ['ækʃ(ə)n] [ðæt] [ɪz] [dʌn] , ['əʊnli] [tuː; tə] [biː; bi] [siːn] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] ,

Every **action** **that** **is** **done** **,** **only** **to** **be** **seen** **of** **others** **,**

每一个 行动 那 是 完毕 , 仅有的 到 是 已见 的 其他的 ,

所有只为他人所做的事情，

['luːzɪz] [ɪts] ['freʃnəs] [ɪn] [ðə; ði] [saɪt] [ɒv; əv] [gɒd] ,

loses **its** **freshness** **in** **the** **sight** **of** **God** **,**

失败 它是 新鲜 在 这 视线 的 上帝 ,

在上帝眼中，它失去了新鲜感。

[laɪk] [ðə; ði] ['flaʊə(r)] [ðæt] ['pɑːsɪŋ] [θruː] ['meni] [hændz] [ɪz] [æt; ət] [lɑːst] ['hɑːdli] [prɪ'zentəbl] .

like **the** **flower** **that** **passing** **through** **many** **hands** **is** **at** **last** **hardly** **presentable** **.**

喜欢 这 花 那 通过 通过 许多 双手 是 在 最后的 几乎 像样 .

就像一朵花，经过许多人之手，最终变得难以观赏。

[əʊ] , [maɪ] [səʊl] !
Oh , my soul !
哦 , 我的 灵魂 !

我的天哪!

[biː; bi] [æz; əz] [ðə; ði] ['dezət] ['flaʊə(r)] [ðæt] [grəuz] , [bluːmz] , [ænd; ənd] ['flɜːrɪʃ] [ˌʌn'siːn] , [ɪn]
be as the desert flower that grows , blooms , and flourishes unseen , in
是 作为 这 沙漠 花 那 生长 , 花朵 , 和 繁花 看不见 , 在
[ə'biːdiəns] [tuː; tə] [gɑːdz] [wɪl] ,
obedience to God's Will ,
服从 到 神的 将要 ,

要像沙漠之花一样，默默无闻地生长、绽放、茁壮成长，顺服神的旨意。

[ænd; ənd] [k'eəz] [nɒt] ['weðə(r)] [ðə; ði] ['pɑːsɪŋ] [bɜːd] [pə'siːv] [ˌaɪ 'tiː] , [ɔː(r)] [ðə; ði] [wɪnd] ['skætə] [ðə; ði]
and cares not whether the passing bird perceives it , or the wind scatters the
和 关心 不是 无论 这 通过 鸟 感知 它 , 或者 这 风 散布 这
[pet(ə)lz] , ['skeəsli] [fɔːmd] .
petals , scarcely formed .
花瓣 , 几乎 形成 .

它不在乎过往的鸟儿是否注意到它，也不在乎风是否吹散了刚刚成形的花瓣。

[ɒn] [nəʊ] [ə'kaʊnt] [nɪ'glekt] [ðə; ði] ['djuːti] [juː; jʊ] [əʊ] [tuː; tə] ['frendʃɪp] , ['relətɪvz] , [sə'saɪəti] ,
On no account neglect the duty you owe to friendship , relatives , society ,
在 不 帐户 忽视 这 责任 你 欠 到 友谊 , 亲属 , 社会 ,

无论如何都不要忽视你对朋友、亲戚和社会应尽的责任。

[bʌt; bət] [rɪ'membə(r)] [iːtʃ] [deɪ] [tuː; tə] [rɪ'zɜːv] [sʌm; səm] ['pɔːʃ(ə)n] [ɒv; əv] [ˌaɪ 'tiː] [fɔː(r); fə(r)] [jɔː'self]
but remember each day to reserve some portion of it for yourself
但 记住 每个 天 到 预订 一些 部分 的 它 为了 你自己
[ænd; ənd] [gɒd] ['əʊnli] .
and God only .
和 上帝 仅有的 .

但请记住，每天都要留出一些时间给自己和上帝。

[rɪ'membə(r)] ['ɔːlweɪz] [tuː; tə] [duː; də] [sʌm; səm] ['ækʃ(ə)nz] [ðæt] [kæn; kən] [biː; bi] [nəʊn] [tuː; tə] [nʌn] [bʌt; bət]
Remember always to do some actions that can be known to none but
记住 总是 到 做 一些 行动 那 能 是 已知 到 没有任何 但
[gɒd] .
God .
上帝 .

记住，永远要做一些只有上帝才知道的事情。

[ɑː] !
Ah !
啊 !

啊!

[haʊ] [swiːt] [tuː; tə] [hæv; həv] [gɒd] [æz; əz] ['aʊə(r)] ['əʊnli] ['wɪtnəs] .
how sweet to have God as our only Witness .
如何 甜的 到 有 上帝 作为 我们的 仅有的 证人 .

有上帝作为我们唯一的见证人，是多么美好啊!

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðə; ði] [haɪ] [dɪ'griː] [ɒv; əv] ['həʊlinəs] .
It is the high degree of holiness .
它 是 这 高的 程度 的 圣洁 .

这是高度的圣洁。

[ðə; ði] [məʊst] [ɪk'skwɪzɪt] ['hæpinəs] .
The most exquisite happiness .
这 最多 精美的 幸福 .

最极致的幸福。

[ðə; ði] [ə'ʃʊərəns] [ɒv; əv][æn; ən] ['entri] ['ɪntuː] ['hev(ə)n] [ˌhɪər'ɑːftə(r)] .

The	assurance	of	an	entry	into	heaven	hereafter	.
这	保证	的	一个	入口	进入	天堂	此后	.

确信来世能够进入天堂。

[ðə; ði] ['mʌðə(r)] [ðæt] [rɪ'zɜːvz] [ɔːl] [ðæt] [ɪz][məʊst] ['kɒstli] [fɔː(r); fə(r)][hɜː(r); hə(r)] [tʃaɪld] ,

The	mother	that	reserves	all	that	is	most	costly	for	her	child	,
这	母亲	那	储备	全部	那	是	最多	昂贵	为了	她	孩子	,

那位把所有最珍贵的东西都留给孩子的母亲，

[ðə; ði] [tʃaɪld] [ðæt] [pri'pɛəz] [ɪn] ['siːkrət] [sʌm; səm] [sə'praɪz] [fɔː(r); fə(r)][ɪts] ['mʌðə(r)] ,

the	child	that	prepares	in	secret	some	surprise	for	its	mother	,
这	孩子	那	准备	在	秘密	一些	惊喜	为了	它是	母亲	,

偷偷为妈妈准备惊喜的孩子

[duː; də] [nɒt] [ɪk'spɪəriəns] [ə; eɪ][dʒɔɪ][mɔː(r)][pjʊə(r)] , [mɔː(r)] ['elɪveɪtɪŋ] , [ðæn; ðən][ðə; ði] ['sɜːvənt] [ɒv; əv] [gɒd]

do	not	experience	a	joy	more	pure	,	more	elevating	,	than	the	servant	of	God
做	不是	经验	一个	喜悦	更多的	纯的	,	更多的	提升	,	比	这	仆人	的	上帝

,

,

,

没有比侍奉上帝的人更纯粹、更令人振奋的喜乐了。

[huː] [laɪvz; lɪvz] ['ɔːlweɪz] [ɪn] [gɑːdz] ['prez(ə)ns] , [huːm] [ə'ləʊn] [ðeɪ] [wʊd] [pliːz] ,

who	lives	always	in	God's	Presence	,	Whom	alone	they	would	please	,
WHO	生活	总是	在	神的	在场	,	谁	独自的	他们	会	请	,

他永远生活在上帝的同在之中，他只愿取悦上帝。

[ɔː(r)][ðə; ði] ['lʌvɪŋ] [hɑːt] [ðæt] [ɪn'kloʊzɪŋ] [ɑːmz][tuː; tə][sʌm; səm] ['destɪtjuːt] ['fæməli] [raɪts] [ə'pɒn][ðə; ði]

or	the	loving	heart	that	enclosing	alms	to	some	destitute	family	writes	upon	the
或者	这	爱	心	那	封闭	施舍	到	一些	贫困	家庭	写	之上	这

['kʌvə(r)] [ðiːz] [wɜːdz] ['əʊnli] ,

cover	these	words	only	,
覆盖	这些	字	仅有的	,

或者，那颗充满爱心、将施舍送给某个贫困家庭的心，只在封面上写下了这些话：

" [ɪn][ðə; ði] [neɪm] [ɒv; əv][ðə; ði] [gʊd] [ænd; ənd] ['greɪʃəs] [gɒd] .

"	In	the	name	of	the	Good	and	Gracious	God	.
"	在	这	姓名	的	这	好的	和	亲切	上帝	.

奉仁慈的上帝的名。

" [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [laɪnz] [wɜː(r); wə(r)] [faʊnd] [ɒn][sʌm; səm][skræps][ɒv; əv]['peɪpə(r)] [bɪ'lɒŋɪŋ] [tuː; tə]

"	The	following	lines	were	found	on	some	scraps	of	paper	belonging	to
"	这	下列的	线条	是	成立	在	一些	碎屑	的	纸	属于	到

[sʌm; səm]['streɪndʒə(r)] : . . .

some	stranger	:	.	.	.
一些	陌生人	:	.	.	.

“以下文字是从一些陌生人的纸片上发现的：.....

[ðeɪ] [hæv; həv][dʒʌst][təʊld][ˌem 'iː][ɒv; əv][ə; eɪ][pɔː(r); pʊə(r)] ['destɪtjuːt] ['wʊmən] ; [aɪ] [geɪv] [ðem; ðəm][ten]

They	have	just	told	me	of	a	poor	destitute	woman	;	I	gave	them	ten
他们	有	只是	讲述	我	的	一个	贫穷的	贫困	女士	;	我	给予	他们	十

[pens] [fɔː(r); fə(r)][hɜː(r); hə(r)] ;

pence	for	her	;
便士	为了	她	;

他们刚刚告诉我一个贫困潦倒的女人；我给了他们十便士来帮她；

[ˌaɪ 'tiː][wɒz; wəz][maɪ]['djuːti][tuː; tə][set][æn; ən][ɪg'zɑːmp(ə)l] .

it	was	my	duty	to	set	an	example	.
它	曾是	我的	责任	到	放	一个	例子	.

我有责任以身作则。

[ænd; ənd] [naʊ] , [maɪ] [gɒd] , [fɔː(r); fə(r)] [ðiː] , [fɔː(r); fə(r)] [ðaɪ] [seɪk] ['əʊnli] , [ai] [miːn] [tuː; tə] [send]

And	now	,	my	God	,	for	Thee	,	for	Thy	sake	only	,	I	mean	to	send
和	现在	,	我的	上帝	,	为了	汝	,	为了	你的	清酒	仅有的	,	我	意思是	到	发送

[hɜː(r); hə(r)] [faɪv] ['ʃɪlɪŋ] ,

her	five	shillings	,
她	五	先令	,

现在，我的上帝，为了你，仅仅为了你，我打算送她五先令。

[wɪtʃ] [ai][ʃæl; ʃəl] [dɪ'dʌkt] [frɒm; frəm][maɪ]['pɜːsən(ə)l] [ɪk'spensɪz] .

which	I	shall	deduct	from	my	personal	expenses	.
哪个	我	将	扣除	从	我的	个人的	开支	.

我将从我的个人开支中扣除这部分费用。

. . . [tuː; tə] - ['mɒrəʊ] ['henri] [ɪz] ['kʌmɪŋ] [tuː; tə] [siː] [ˌem 'iː] , [ðæt] [pɔː(r); pʊə(r)] ['henri] [ai] [lʌvd] [səʊ]

. . .	To	-	morrow	Henry	is	coming	to	see	me	,	that	poor	Henry	I	loved	so
. . .	到	-	明天	亨利	是	未来	到	看	我	,	那	贫穷的	亨利	我	喜爱	所以

['dɪəli] ,

dearly	,
亲爱的	,

明天亨利要来看我了，可怜的亨利，我那么深爱他。

[bʌt; bət] [huː] [hæz; həz] [grəʊn] [kəʊld] [tə'wɔːdz] [hɪz; ɪz][əʊld] [frend] .

but	who	has	grown	cold	towards	his	old	friend	.
但	WHO	有	生长	寒冷的	向	他的	老的	朋友	.

但他对这位老朋友却变得冷淡了。

[hiː; hi] [wɪʃt] [tuː; tə] [griːv] [ˌem 'iː] , [ænd; ənd]['lɪt(ə)l] [nəʊz] [ðæt] [ai] [faʊnd] [ˌaɪ 'tiː] [aʊt] .

He	wished	to	grieve	me	,	and	little	knows	that	I	found	it	out	.
他	希望	到	悲伤	我	,	和	小的	知道	那	我	成立	它	出去	.

他想让我伤心，但他不知道的是，我已经发现了。

[help] [ˌem 'iː] , [lɔːd] , [tuː; tə] [rɪ'membə(r)] [ai][hæv; həv] [fə'givn] [hɪm] , [ænd; ənd] [help] [ˌem 'iː][tuː; tə] [rɪ'siːv]

Help	me	,	Lord	,	to	remember	I	have	forgiven	him	,	and	help	me	to	receive
帮助	我	,	主	,	到	记住	我	有	已原谅	他	,	和	帮助	我	到	收到

[hɪm] ['kɔːdiəli] .

him	cordially	.
他	诚挚地	.

主啊，请帮助我记住我已经原谅了他，并帮助我热情地接纳他。

[ðaʊ] [ə'ləʊn] [nəʊ] [ɔːl][ai][hæv; həv] ['sʌfəd] .

Thou	alone	knowest	all	I	have	suffered	.
你	独自的	最了解	全部	我	有	遭受	.

只有你知道我所遭受的一切苦难。

. . . [wɒt] [ə; eɪ] ['hæpi] [deɪ] [wɒz; wəz] ['jestədeɪ] !

. . .	What	a	happy	day	was	yesterday	!
. . .	什么	一个	快乐的	天	曾是	昨天	!

昨天真是快乐的一天!

['hæpi] [wɪð] [rɪ'gɑːd] [tuː; tə] ['hev(ə)nli] [θɪŋz] , [fɔː(r); fə(r)][ə'læs] !

happy	with	regard	to	heavenly	things	,	for	alas	!
快乐的	和	看待	到	天上	事物	,	为了	唉	!

就天上的事物而言，我感到高兴，唉!

[maɪ][pɔː(r); pʊə(r)] [hɑːt] ['sʌfəd] .

my	poor	heart	suffered	.
我的	贫穷的	心	遭受	.

我的心脏好痛。

['jestədeɪ] [wɒz; wəz][ə; eɪ]['festɪvl; 'festəvəl] .

Yesterday	was	a	festival	.
昨天	曾是	一个	节日	.

昨天是节日。

[ðə; ði] [snəʊ] [ˌaʊt'saɪd] [kept] ['evri] [wʌn][æt; ət] [həʊm] [baɪ][ðeə(r)] [əʊn] ['faiəsaid] , [ænd; ənd][ai][wɒz; wəz]

The	snow	outside	kept	every	one	at	home	by	their	own	firesides	,	and	I	was
这	雪	外部	保留	每一个	一	在	家	经过	他们的	自己的	炉边	,	和	我	曾是

[left] ['ləʊnli] . . . .

left	lonely	.	.	.	.
左边	孤独	.	.	.	.

外面的大雪让大家都待在家里，围坐在自家的炉火旁，只剩下我一个人.....

[ɑ:] , [jes] , [maɪ] [hɑ:t] [felt] [sæd] , [bʌt; bət][maɪ]['spɪrɪt][wɒz; wəz] ['pi:sf(ə)l] ; [ai] [traɪd] [tu:; tə] [tɔ:k] [tu:; tə]

Ah	,	yes	,	my	heart	felt	sad	,	but	my	spirit	was	peaceful	;	I	tried	to	talk	to
啊	,	是的	,	我的	心	毛毡	伤心	,	但	我的	精神	曾是	和平	;	我	尝试	到	讲话	到

[gɒd] ,

God	,
上帝	,

啊，是的，我内心感到悲伤，但我的灵魂却很平静；我试着向上帝倾诉，

[dʒʌst][æz; əz] [ɪf] [ai][kʊd; kəd] ['ri:əli] [si:] [hɪm] [æt; ət][maɪ][saɪd] , [ænd; ənd] ['grædʒuəli] [ai] [felt] ['kʌmfət] ,

just	as	if	I	could	really	see	Him	at	my	side	,	and	gradually	I	felt	comforted	,
只是	作为	如果	我	可以	真的	看	他	在	我的	边	,	和	逐步地	我	毛毡	安慰	,

就好像我真的能看到祂在我身边一样，渐渐地，我感到很安慰。

[ænd; ənd] [spent] [maɪ] ['i:vnɪŋ] [wɪð] [ə; eɪ] [swi:t] [sens] [ɒv; əv] [gɑ:dz] ['prez(ə)ns] . . . .

and	spent	my	evening	with	a	sweet	sense	of	God's	Presence	.	.	.	.
和	花费	我的	晚上	和	一个	甜的	感觉	的	神的	在场	.	.	.	.

我度过了一个充满神圣同在的美好夜晚.....

[wɒt] [ai] [sed] , [wɒt] [ai] [rəʊt] , [ai] [nəʊ] [nɒt] ;

What	I	said	,	what	I	wrote	,	I	know	not	;
什么	我	说	,	什么	我	写道	,	我	知道	不是	;

我说过什么，写过什么，我都不知道；

[bʌt; bət][ðə; ði] [rɪ'membrəns] [ɒv; əv] ['jestədeɪ] [rɪ'meɪnz] [tu:; tə][ˌem 'i:][æz; əz][sʌm; səm] [swi:t] ,

but	the	remembrance	of	yesterday	remains	to	me	as	some	sweet	,
但	这	纪念	的	昨天	遗迹	到	我	作为	一些	甜的	,

[rɪ'freʃɪŋ] ['pɜ:fju:m] .

refreshing	perfume	.
令人耳目一新	香水	.

但昨天的记忆在我心中仍然像一缕甜美清新的香水。

[pə'hæps] [æt; ət][ðə; ði] [lɑ:st] [deɪ] [ɔ:l] [ðæt] [wɪl] [rɪ'meɪn] [wɜ:θ] [rɪ'kɔ:dɪŋ] [ɒv; əv][ə; eɪ] [laɪf] [fʊl] [ɒv; əv]

Perhaps	at	the	Last	Day	all	that	will	remain	worth	recording	of	a	life	full	of
也许	在	这	最后的	天	全部	那	将要	保持	值得	记录	的	一个	生活	满的	的

[æk'tɪvəti] [ænd; ənd] [zi:l] [wɪl] [bi:; bi] [ðəʊz] ['lɪt(ə)l] [di:dz] [ðæt] [wɜ:(r); wə(r)] [dʌn] ['səʊlli] [bɪ'ni:θ] [ðə; ði]

activity	and	zeal	will	be	those	little	deeds	that	were	done	solely	beneath	the
活动	和	热情	将要	是	那些	小的	契约	那	是	完毕	仅	下面	这

[aɪ] [ɒv; əv] [gɒd] . . . .

Eye	of	God	.	.	.	.
眼睛	的	上帝	.	.	.	.

或许在末日审判之时，一个人充满活力和热情的一生中，唯一值得记录的，就是那些完全在上帝注视下完成的小事.....

[maɪ] [gɒd] , [ti:tʃ] [ˌem 'i:][tu:; tə][lɪv; laɪv] [wɪð] [æn; ən] [ə'baɪdɪŋ] [sens] [ɒv; əv] [ðaɪ] ['prez(ə)ns] , ['leɪbərɪŋ]

My	God	,	teach	me	to	live	with	an	abiding	sense	of	Thy	Presence	,	laboring
我的	上帝	,	教	我	到	居住	和	一个	遵守	感觉	的	你的	在场	,	劳动

[fɔ:(r); fə(r)] [ði:] ,

for	Thee	,
为了	汝	,

我的上帝，请教导我时刻感受到您的存在，并为您辛勤劳作。

['sʌfərɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)] [ði:] , ['gaɪdɪd] [baɪ] [ði:] , . . . [ænd; ənd] [ði:] [ə'ləʊn] !

suffering	for	Thee	,	guided	by	Thee	,	.	.	.	and	Thee	alone	!
痛苦	为了	汝	,	引导	经过	汝	,	.	.	.	和	汝	独自的	!

为你受苦，受你的指引，.....也只为你!

[ˌɛksˌaɪˈaɪ] .

XII	**.**
十二	.

十二、

[maɪ][ˈdjuːti] [təˈwɔːdz] [gɒd]

My	**Duty**	**Towards**	**God**
我的	责任	向	上帝

我对上帝的责任

[preə(r)z] .

PRAYERS	**.**
祈祷	.

祈祷。

[sləʊ] , [ˌrekəˈlektɪd] , [ˌpɜːsəˈvɪərɪŋ] .

Slow	**,**	**recollected**	**,**	**persevering**	**.**
慢的	,	回忆	,	坚持不懈	.

缓慢、沉稳、坚持不懈。

[ˈpiːsf(ə)l] , [kɑːm] , [rɪˈzaɪnd] .

Peaceful	**,**	**calm**	**,**	**resigned**	**.**
和平	,	冷静的	,	辞职	.

平静，安详，顺从。

[ˈsɪmp(ə)l] , [ˈhʌmb(ə)l] , [ˈtrʌstɪŋ] .

Simple	**,**	**humble**	**,**	**trusting**	**.**
简单的	,	谦逊的	,	信任	.

简单、谦逊、信任。

[ˈɔːlweɪz] [ˈrevərənt] , [æz; əz] [ˈlʌvɪŋ] [æz; əz][ˈpɒsəb(ə)l] .

Always	**reverent**	**,**	**as**	**loving**	**as**	**possible**	**.**
总是	虔诚的	,	作为	爱	作为	可能的	.

始终保持敬畏之心，尽可能地充满爱心。

[ˈtʃærətəbl] .

Charitable	**.**
慈善	.

慈善。

[hæv; həv][ai][nɒt] [ˈɔːlweɪz] [ˌɒpəˈtjuːnəti] [tuː; tə] [gɪv] ?

Have	**I**	**not**	**always**	**opportunity**	**to**	**give**	**?**
有	我	不是	总是	机会	到	给	?

难道我没有一直给予的机会吗?

[tuː; tə] [θæŋk] ?

to	**thank**	**?**
到	感谢	?

应该感谢谁?

[səbˈmɪʃn] .

SUBMISSION	**.**
提交	.

提交。

[tuː; tə][maɪ][lɒt][ænd; ənd][tuː; tə][maɪ][ˈdjuːti] : [ðeɪ] [kʌm] [frɒm; frəm][gɒd] , [ɑː(r); ə(r)] [ɔːˈdeɪnd] [baɪ][gɒd] ,

To	**my**	**lot**	**and**	**to**	**my**	**duty**	**:**	**they**	**come**	**from**	**God**	**,**	**are**	**ordained**	**by**	**God**	**,**
到	我的	很多	和	到	我的	责任	:	他们	来	从	上帝	,	是	受戒	经过	上帝	,

我的命运和我的职责：它们来自上帝，由上帝安排。

[liːd] [ˌem ˈiː][tuː; tə][gɒd] , [tuː; tə] [nɪˈglekt] [ðem; ðəm][ɪz][tuː; tə] [ɪˈstreɪndʒ] [maɪˈself][frɒm; frəm][hɪm] .

lead	**me**	**to**	**God**	**,**	**to**	**neglect**	**them**	**is**	**to**	**estrange**	**myself**	**from**	**Him**	**.**
带领	我	到	上帝	,	到	忽视	他们	是	到	离间	我	从	他	.

引导我走向神，忽视它们就是使我与神疏远。

[tuː; tə][ðə; ði] [gaɪd] [ɒv; əv][maɪ] [səʊl] :

To	the	Guide	of	my	soul	:
到	这	指导	的	我的	灵魂	:

致我灵魂的指引者：

[hiː; hi][hæz; həz] [rɪ'siːvd] [ðə; ði]['həʊli]['spɪrɪt][ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [ʃəʊ] [ˌem 'iː][ðə; ði] [weɪ] ;

He	has	received	the	Holy	Spirit	in	order	to	show	me	the	way	;
他	有	已收到	这	圣	精神	在	命令	到	展示	我	这	方式	;

他领受了圣灵，为的是要指引我方向；

[hiː; hi][hæz; həz][gɑːdz] ['spɪrɪt][tuː; tə] [gaɪd] [hɪm] .

he	has	God's	Spirit	to	guide	him	.
他	有	神的	精神	到	指导	他	.

他有神的灵指引他。

[tuː; tə][maɪ]['peərənts] : [ðeɪ] [hæv; həv][gɑːdz] [ɔː'θɒrəti] .

To	my	Parents	:	they	have	God's	authority	.
到	我的	父母	:	他们	有	神的	权威	.

致我的父母：他们拥有上帝的权威。

[tuː; tə] ['sɜːkəmstənsɪz] : [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ə'reɪndʒd] [ænd; ənd][sent][baɪ][gɒd] .

To	circumstances	:	they	are	arranged	and	sent	by	God	.
到	情况	:	他们	是	安排	和	发送	经过	上帝	.

至于境遇：它们都是上帝安排和安排的。

['leɪbə(r)] .

LABOR	.
劳动	.

劳动。

[bɪ'gʌn] ['tʃɪəfəli] .

Begun	cheerfully	.
开始	愉快地	.

开局愉快。

[kən'tɪnjuːd] [pɜːsɪ'vɪərɪŋlɪ] .

Continued	perseveringly	.
持续	坚持不懈	.

坚持不懈。

[ˌɪntə'rʌptɪd] [ænd; ənd] [rɪ'zjuːmd] ['peɪʃntli] .

Interrupted	and	resumed	patiently	.
中断	和	恢复	耐心	.

被打断后，耐心地继续。

['fɪnɪʃt] ['pɜːfɪktli] [ænd; ənd] [dɪ'vaʊtli] .

Finished	perfectly	and	devoutly	.
完成的	完美	和	虔诚地	.

完美而虔诚地完成了。

[rɪ'pəʊz] [ænd; ənd][keə(r)][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['bɒdi] , [æz; əz][ɪn] [gɑːdz] [saɪt] , ['ʌndə(r)] [gɑːdz] [prə'tekʃ(ə)n] .

Repose	and	care	for	the	body	,	as	in	God's	Sight	,	under	God's	protection	.
休息	和	关心	为了	这	身体	,	作为	在	神的	视线	,	在下面	神的	保护	.

在上帝的注视下，在上帝的庇护下，好好休息和照顾身体。

['djuːti] [tə'wɔːdz] [maɪ] ['neɪbə(r)]

Duty	Towards	My	Neighbor
责任	向	我的	邻居

对邻居的责任

[gʊd] [ɪg'zɑːmp(ə)l] .

GOOD	EXAMPLE	.
好的	例子	.

很好的例子。

[baɪ] ['mɒdɪst] [dɪ'miːnə(r)] [ænd; ənd]['sɪmp(ə)l] [dres] .

By	modest	demeanor	and	simple	dress	.
经过	谦虚的	风度	和	简单的	裙子	.

举止谦逊，衣着朴素。

[baɪ][ə; eɪ] ['smaɪlɪŋ] [feɪs] [ænd; ənd] ['pliːzɪŋ] ['mænə(r)] .

By	a	smiling	face	and	pleasing	manner	.
经过	一个	微笑	脸	和	令人愉悦	方式	.

面带微笑，举止得体。

['ɔːlweɪz] ['straɪvɪŋ] [tuː; tə] [gɪv] ['pleʒə(r)] .

Always	striving	to	give	pleasure	.
总是	努力	到	给	乐趣	.

始终致力于带给人们快乐。

['feɪθfəli] [fʊl'fɪlɪŋ] ['evri] ['djuːti] .

Faithfully	fulfilling	every	duty	.
忠实	满足	每一个	责任	.

忠实履行每一项职责。

[gʊd] [wɜːdz] .

GOOD	WORDS	.
好的	字	.

好话。

['zeləs] [wɪ'ðaʊt] [ˌæfek'teɪʃn] , [ɪn'kʌrɪdʒɪŋ] , [kən'soʊlɪŋ] , ['piːsf(ə)l] , ['dʒɔɪfl] , ['lʌvɪŋ] .

Zealous	without	affectation	,	encouraging	,	consoling	,	peaceful	,	joyful	,	loving	.
热心	没有	做作	,	鼓励	,	安慰	,	和平	,	快乐	,	爱	.

热忱而不做作，鼓励人，安慰人，平和，快乐，充满爱心。

[ðiːz] [ɑː(r); ə(r)]['pɒsəb(ə)l] ['evri] [deɪ] .

These	are	possible	every	day	.
这些	是	可能的	每一个	天	.

这些事情每天都有可能发生。

[gʊd] [diːdz] .

GOOD	DEEDS	.
好的	契约	.

善行。

['sɜːvɪs] ['rendəd] [baɪ][ɑːmz] , [baɪ] ['ɪndəstri] , [baɪ] ['ɪnfluəns] .

Service	rendered	by	alms	,	by	industry	,	by	influence	.
服务	渲染	经过	施舍	,	经过	行业	,	经过	影响	.

通过施舍、勤劳和影响力提供的服务。

[il] ['remədid] , [baɪ][ɪk'skjuːzɪŋ] , ['dʒʌstɪfaɪɪŋ] , [prə'tektɪŋ] , [dɪ'fendɪŋ] , [kən'siːlɪŋ] [fɔːlts] [ænd; ənd]

Ills	remedied	,	by	excusing	,	justifying	,	protecting	,	defending	,	concealing	faults	and
疾病	已补救	,	经过	借口	,	证明其合理性	,	保护	,	防守	,	隐藏	故障	和

[mɪ'steɪks] ; [ɪf] ['pɒsəb(ə)l] , [baɪ] [rɪ'peərɪŋ] [ðem; ðəm] .

mistakes	;	if	possible	,	by	repairing	them	.
错误	;	如果	可能的	,	经过	维修	他们	.

弊端可以通过辩解、开脱、保护、辩护、掩盖过错和错误来弥补；如果可能的话，可以通过弥补来弥补。

[dʒɔɪz][prə'vaɪdɪd] , [fɔː(r); fə(r)][ðə; ðɪ][maɪnd] , [baɪ][ə; eɪ] ['dʒɔɪəs] ['mænə(r)] ; [fɔː(r); fə(r)][ðə; ðɪ] [hɑːt] , [baɪ]

Joys	provided	,	for	the	mind	,	by	a	joyous	manner	;	for	the	heart	,	by
喜悦	假如	,	为了	这	头脑	,	经过	一个	欢乐	方式	;	为了	这	心	,	经过

['lʌvɪŋ] [θæŋks] ;

loving	thanks	;
爱	谢谢	;

心灵的快乐，源于快乐的方式；心灵的快乐，源于充满爱意的感恩；

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [səʊl] , [baɪ][ə; eɪ] [wɜːd] [ɒv; əv] ['hev(ə)n] .

for	the	soul	,	by	a	word	of	Heaven	.
为了	这	灵魂	,	经过	一个	单词	的	天堂	.

藉由天启之言，拯救灵魂。

[maɪ]['djuːti] [tə'wɔːdz] [maɪ'self]

My	Duty	Towards	Myself
我的	责任	向	我

我对自己应尽的责任

['kʌrɪdʒ] .

COURAGE	.
勇气	.

勇气。

[ɪn]['traɪəlz][ænd; ənd] [əd'vɜːsəti] , [dɪ'stɜːbəns] , ['sɪknəs] , ['feɪljə(r)] , [hjuː'mɪli'eɪʃn] .

In	trials	and	adversity	,	disturbance	,	sickness	,	failure	,	humiliations	.
在	试验	和	逆境	,	干扰	,	疾病	,	失败	,	羞辱	.

在考验和逆境、动荡、疾病、失败、羞辱中。

['wʌrɪs] [ðæt] ['trʌb(ə)l] [wɪ'ðaʊt] ['riːz(ə)n] .

Worries	that	trouble	without	reason	.
担忧	那	麻烦	没有	原因	.

无缘无故的担忧。

[ɪl] ['tempə(r)] [kən'trəʊld] , [ɪn]['ɔːdə(r)] [nɒt] [tuː; tə] [peɪn] ['ʌðə(r)z] .

Ill	temper	controlled	,	in	order	not	to	pain	others	.
患病的	脾气	受控	,	在	命令	不是	到	疼痛	其他的	.

克制坏脾气，以免伤害他人。

['ɑːftə(r)] ['feljər] , [tuː; tə] [bɪ'gɪn] [ə'gen] .

After	failures	,	to	begin	again	.
后	失败	,	到	开始	再次	.

失败之后，重新开始。

[ɪn] [temp'teiʃənz] , [tuː; tə] [wɪð'stænd] [ðem; ðəm] .

In	temptations	,	to	withstand	them	.
在	诱惑	,	到	经受	他们	.

在诱惑面前，要抵制住它们。

['ɔːdə(r)] [ænd; ənd] ['meθəd] .

ORDER	AND	METHOD	.
命令	和	方法	.

顺序和方法。

[ɪn][maɪ] [ˌɒkju'peɪʃ(ə)n] , [iːtʃ] [æt; ət][ɪts] [ə'pɔɪntɪd] ['aʊə(r)] .

In	my	occupation	,	each	at	its	appointed	hour	.
在	我的	职业	,	每个	在	它是	任命	小时	.

在我的工作中，每人都在规定的时间上班。

[ɪn][maɪ][ˌriːkri'eɪʃn; ˌrekri'eɪʃən] .

In	my	recreation	.
在	我的	娱乐	.

我的休闲方式。

[ɪn] [ɔːl] [mə'tɪəriəl] [θɪŋz] , [fɔː(r); fə(r)][maɪ] ['benɪfɪt] .

In	all	material	things	,	for	my	benefit	.
在	全部	材料	事物	,	为了	我的	益处	.

一切物质的东西，都是为了我的利益。

['ʃʌnɪŋ] ['skruːplz] [ænd; ənd] [kən'streɪnt] [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz] [kə'priːs] [ænd; ənd] ['fɒli] .

Shunning	scruples	and	constraint	as	much	as	caprice	and	folly	.
回避	顾虑	和	约束	作为	很多	作为	任性	和	蠢事	.

既不顾顾忌，也不拘泥于形式，更不屑于愚蠢。

['nʌrɪʃmənt] .
NOURISHMENT .
营养 .

营养。

['paɪəs] [θɔːts] , [riːd] , ['mediteit] [ə'pɒn] , [ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] ['rɪt(ə)n] .
Pious thoughts , read , meditated upon , and sometimes written .
虔诚的 想法 , 读 , 冥想 之上 , 和 有时 书面 .

虔诚的思想，阅读、冥想，有时也写下来。

[bʊks] [ðæt] ['elɪveɪt] [ænd; ənd] [ɪk'saɪt] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)][ɔːl] [ðæt] [ɪz] [gʊd] [ænd; ənd] ['lʌvli] .
Books that elevate and excite love for all that is good and lovely .
图书 那 提升 和 激发 爱 为了 全部 那 是 好的 和 迷人的 .

能提升和激发人们对一切美好事物的热爱的书籍。

[ˌkɔnvə'seiʃənz] [ðæt] [rɪ'freʃ] , [rɪ'dʒɔɪs] , [ænd; ənd] [tʃɪə(r)] ; [wɔːks] [ðæt] [ɪk'spænd][ðə; ði][maɪnd] , [æz; əz]
Conversations that refresh , rejoice , and cheer ; walks that expand the mind , as
对话 那 刷新 , 麾 , 和 欢呼 ; 散步 那 扩张 这 头脑 , 作为
[wel] [æz; əz] ['streŋ(k)θn] [ðə; ði] ['bɒdi] .
well as strengthen the body .
出色地 作为 加强 这 身体 .

令人精神焕发、心情愉悦、精神振奋的谈话；既能开阔眼界又能强身健体的散步。

[ˌɛksˌaɪ'aɪ'aɪ] .
XIII .
十三 .

十三、

[ðə; ði]['paʊə(r)][ɒv; əv][æn; ən][ækt][ɒv; əv] [lʌv] [tə'wɔːdz] [gɒd]
The Power of an Act of Love Towards God
这 力量 的 一个 行为 的 爱 向 上帝

对神爱的行为的力量

[hæv; həv][juː; jʊ]['evə(r)] [rɪ'flektɪd] [ə'pɒn] [ðɪs] ?
Have you ever reflected upon this ?
有 你 曾经 反映 之上 这 ?

你有没有思考过这个问题?

[let] [ˌjuː 'es][kən'sɪdə(r)][ðə; ði][ɪg'zækt] [wɜːdz] [ðæt] [dɪ'skraɪb] [ˌaɪ 'tiː] .
Let us consider the exact words that describe it .
让 我们 考虑 这 精确的 字 那 描述 它 .

让我们来看看描述它的确切词语。

" [ai] [lʌv] [ðiː] [wɪð] [ɔːl][maɪ] [hɑːt] , [wɪð] [ɔːl][maɪ][səʊl] , [wɪð] [ɔːl][maɪ] [streŋθ] ,
" I love Thee with all my heart , with all my soul , with all my strength ,
" 我 爱 汝 和 全部 我的 心 , 和 全部 我的 灵魂 , 和 全部 我的 力量 ,

“我全心全意、全魂全意、全力爱你，

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðaʊ] [ɑːt][səʊ] [gʊd] , [səʊ] ['ɪnfɪnətli] [gʊd] !
because Thou art so good , so infinitely good !
因为 你 艺术 所以 好的 , 所以 无限地 好的 !

因为你是如此良善，如此无限良善!

" [traɪ][ænd; ənd] [rɪ'piːt] [ðiːz] [wɜːdz] ['sləʊli] , [səʊ] [ðæt] [iːtʃ] [meɪ] ['penətreɪt] [diːp] ['ɪntuː][jɔː(r); jə(r)]
" Try and repeat these words slowly , so that each may penetrate deep into your
" 尝试 和 重复 这些 字 缓慢地 , 所以 那 每个 可能 穿透 深的 进入 你的
[hɑːt] .
heart .
心 .

“请慢慢地重复这些话，让每一句话都能深深地印在你的心里。”

[duː; də][juː; jʊ][nɒt] [fiːl] [muːvd] , [æz; əz] [ɪf] [jɔː(r); jə(r)] [həʊl] ['biːɪŋ] [ɪn] [ðiːz] [wɜːdz] [went] [fɔːθ] [tuː; tə]

Do	you	not	feel	moved	,	as	if	your	whole	being	in	these	words	went	forth	to
做	你	不是	感觉	已搬	,	作为	如果	你的	所有的	存在	在	这些	字	去	前进	到

[gɒd] ,

God	,
上帝	,

你是否感到深受感动，仿佛你的整个灵魂都融入了这些话语，与神相连?

['ɒfərɪŋ] [tuː; tə] [hɪm] [laɪf] [ɪt'self] ?

offering	to	Him	life	itself	?
提供	到	他	生活	本身	?

向祂献上生命?

[duː; də][juː; jʊ][nɒt] [fiːl] , [ɪn] ['meɪkɪŋ] [ðɪs] [ækt][ɒv; əv] [lʌv] ,

Do	you	not	feel	,	in	making	this	Act	of	Love	,
做	你	不是	感觉	,	在	制作	这	行为	的	爱	,

在做出这爱的举动时，你难道没有感受到吗?

[juː; jʊ] [gɪv] [fɑː(r)][mɔː(r)][ðæn; ðən] [ɪf] [juː; jʊ] [geɪv] [jɔː(r); jə(r)] [welθ] , ['ɪnfluəns] , [ɔː(r)][taɪm] ; [neɪ] ,

you	give	far	more	than	if	you	gave	your	wealth	,	influence	,	or	time	;	nay	,
你	给	远的	更多的	比	如果	你	给予	你的	财富	,	影响	,	或者	时间	;	不	,

你付出的远比付出财富、影响力或时间要多得多；不，

['rɑːðə(r)] [dʌz] [nɒt] [ðɪs] ['veri] [ækt] [siːm] [tuː; tə] [brɪŋ] [juː; jʊ] ['rɪtʃɪz] , [streŋθ] , [ˌɒpə'tjuːnətiz] , [ɔːl]

rather	does	not	this	very	act	seem	to	bring	you	riches	,	strength	,	opportunities	,	all
相当	做	不是	这	非常	行为	似乎	到	带来	你	财富	,	力量	,	机会	,	全部

[ðæt] [juː; jʊ] [pə'zes] ?

that	you	possess	?
那	你	具有	?

难道这种行为本身不正是为你带来财富、力量、机遇以及你所拥有的一切吗?

['pɪktʃə(r)][tuː; tə] [jɔː'self] , ['stændɪŋ] [bɪ'fɔː(r)] [juː; jʊ] , [ə; eɪ][tʃaɪld] — [ə; eɪ][tʃaɪld] [pə'hæps] [huː] [meɪ]

Picture	to	yourself	,	standing	before	you	,	a	child	—	a	child	perhaps	who	may
图片	到	你自己	,	常设	前	你	,	一个	孩子	—	一个	孩子	也许	WHO	可能

[hæv; həv] ['ɪndʒəd] [juː; jʊ] ['diːpli] ,

have	injured	you	deeply	,
有	受伤	你	深	,

想象一下，站在你面前的是一个孩子——一个或许曾深深伤害过你的孩子。

[ænd; ənd] [jet] [huːz] [sɪn'serəti] [æt; ət] [ðɪs] ['məʊmənt][juː; jʊ] ['kænɒt] [daʊt] ,

and	yet	whose	sincerity	at	this	moment	you	cannot	doubt	,
和	然而	谁	诚意	在	这	片刻	你	不能	怀疑	,

然而，此刻你却丝毫不会怀疑他的诚意。

[huː] [ɪz]['æktʃuːeɪtɪd]['naɪðə(r)][baɪ][fɪə(r)][nɔː(r)][self] - [siːkɪŋ] , [bʌt; bət] ['sɪmpli] [baɪ][ə; eɪ] ['penɪtənt] [hɑːt] ,

who	is	actuated	neither	by	fear	nor	self	-	seeking	,	but	simply	by	a	penitent	heart	,
WHO	是	驱动	两者都不	经过	害怕	也不	自己	-	寻求	,	但	简单地	经过	一个	忏悔者	心	,

他既非出于恐惧，也非出于私利，而仅仅是出于一颗忏悔的心。

[ænd; ənd] [huː] ['kɒmz] [tuː; tə] [seɪ] [tuː; tə][juː; jʊ] [wɜːdz] [ɒv; əv] [lʌv] , [sʌtʃ] [æz; əz] [ðəʊz] [ə'bʌv] ,

and	who	comes	to	say	to	you	words	of	love	,	such	as	those	above	,
和	WHO	来	到	说	到	你	字	的	爱	,	这样的	作为	那些	多于	,

谁来对你说情话，比如上面这些话?

[duː; də][juː; jʊ] [fiːl] [nəʊ][ɪ'məʊʃ(ə)n] , [nəʊ] ['fiːlɪŋ] [ɒv; əv] ['pɪti] ?

do	you	feel	no	emotion	,	no	feeling	of	pity	?
做	你	感觉	不	情感	,	不	感觉	的	遗憾	?

你没有丝毫感觉，没有一丝怜悯之心吗?

[ai][dɪ'faɪ][juː; jʊ][tuː; tə][biː; bi] [wɪ'ðaʊt] [sʌm; səm][ɪ'məʊʃ(ə)n] , [nɒt][tuː; tə] [fiːl] [jɔː(r); jə(r)][ɑːmz] [ɪk'stendɪŋ] ,

I	defy	you	to	be	without	some	emotion	,	not	to	feel	your	arms	extending	,
我	违抗	你	到	是	没有	一些	情感	,	不是	到	感觉	你的	武器	扩展	,

我敢说，你不可能毫无感觉，不可能感觉不到自己双臂的伸展。

[pə'hæps] [ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv][juː; jʊ] , [tuː; tə] [ɪm'breɪs] [ðɪs] [pɔː(r); pʊə(r)][tʃaɪld] , [ænd; ənd][nɒt][tuː; tə]['ɑːnsə(r)]

perhaps	**in**	**spite**	**of**	**you**	**,**	**to**	**embrace**	**this**	**poor**	**child**	**,**	**and**	**not**	**to**	**answer**
也许	在	尽管如此	的	你	,	到	拥抱	这	贫穷的	孩子	,	和	不是	到	回答

,

,

,

或许即便你不理会，也要拥抱这个可怜的孩子，而不是回答。

" [ai]['ɔːlsəʊ] [lʌv] [ðiː] .

"	**I**	**also**	**love**	**thee**	**.**
"	我	还	爱	你	.

我也爱你。

" [ai][hæv; həv] [jet] [ə'nʌðə(r)] [test] [tuː; tə] [pʊt] [tuː; tə][juː; jʊ] , [pɔː(r); pʊə(r)] , ['desələt] , ['gɪlti] , ['həʊpləs]

"	**I**	**have**	**yet**	**another**	**test**	**to**	**put**	**to**	**you**	**,**	**poor**	**,**	**desolate**	**,**	**guilty**	**,**	**hopeless**
"	我	有	然而	其他	测试	到	放	到	你	,	贫穷的	,	荒凉	,	有罪的	,	绝望

[æz; əz][juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] ,

as	**you**	**are**	**,**
作为	你	是	,

“我还有另一项考验要考验你，尽管你如此贫穷、孤苦伶仃、罪恶滔天、绝望无助，

['siːɪŋ] ['əʊnli] [wɪ'ðɪn] [ænd; ənd] [ə'raʊnd] [juː; jʊ] , [fɪəz] , ['terə(r)] , [ænd; ənd] — [eɪ] , [let][ˌem 'iː] [seɪ] [ˌaɪ 'tiː]

seeing	**only**	**within**	**and**	**around**	**you**	**,**	**fears**	**,**	**terror**	**,**	**and**	**—**	**ay**	**,**	**let**	**me**	**say**	**it**
看到	仅有的	之内	和	大约	你	,	恐惧	,	恐怖	,	和	—	哎	,	让	我	说	它

— [dæm'neɪʃn] .

—	**damnation**	**.**
—	诅咒	.

眼中只有恐惧、惊恐，以及——哎，让我直说吧——诅咒。

[aɪ][dɪ'faɪ][juː; jʊ][tuː; tə] [niːl] [ænd; ənd][seɪ] [ðiːz] [wɜːdz] (['leɪɪŋ] [ə; eɪ]['greɪtə(r)] [stres] [ɒn][ðem; ðəm]

I	**defy**	**you**	**to**	**kneel**	**and**	**say**	**these**	**words**	**(**	**laying**	**a**	**greater**	**stress**	**on**	**them**
我	违抗	你	到	下跪	和	说	这些	字	(	躺下	一个	更大的	压力	在	他们

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv][ðə; ði] [rɪ'pʌgnəns] [juː; jʊ] [fiːl]) :

because	**of**	**the**	**repugnance**	**you**	**feel**	**)**	**:**
因为	的	这	厌恶	你	感觉	)	:

我倒要看看你跪下来说出这些话的样子（因为你感到厌恶，所以要更加用力地说出来）：

" [maɪ][gɒd] !

"	**My**	**God**	**!**
"	我的	上帝	!

“我的上帝！

[aɪ] [lʌv] [ðiː] [wɪð] [ɔːl][maɪ] [hɑːt] , [wɪð] [ɔːl][maɪ] [streŋθ] , [wɪð] [ɔːl][maɪ] [səʊl] ,

I	**love**	**Thee**	**with**	**all**	**my**	**heart**	**,**	**with**	**all**	**my**	**strength**	**,**	**with**	**all**	**my**	**soul**	**,**
我	爱	汝	和	全部	我的	心	,	和	全部	我的	力量	,	和	全部	我的	灵魂	,

我全心全意、全力以赴、全心全意地爱你。

[ə'bʌv] ['evriθɪŋ] , [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðæʊ] [ɑːt][səʊ] [gʊd] , [səʊ] ['ɪnfɪnətli] [gʊd] !

above	**everything**	**,**	**because**	**Thou**	**art**	**so**	**good**	**,**	**so**	**infinitely**	**good**	**!**
多于	一切	,	因为	你	艺术	所以	好的	,	所以	无限地	好的	!

高于一切，因为你是如此良善，如此无限良善！

" [ænd; ənd] [ðen] [nɒt][tuː; tə] [fiːl] [ðæt]['dʒiːzəs][ɪz] [muːvd] [wɪð] [kəm'pæʃ(ə)n] , [ænd; ənd][nɒt][tuː; tə][hɪə(r)]

"	**and**	**then**	**not**	**to**	**feel**	**that**	**Jesus**	**is**	**moved**	**with**	**compassion**	**,**	**and**	**not**	**to**	**hear**
"	和	然后	不是	到	感觉	那	耶稣	是	已搬	和	同情	,	和	不是	到	听到

[hɪz; ɪz] [vɔɪs] ,

His	**Voice**	**,**
他的	嗓音	,

“然后感受不到耶稣的怜悯之心，也听不到他的声音，

['seɪɪŋ] [tuː; tə][juː; jʊ] , " [maɪ][tʃaɪld] , [aɪ] [lʌv] [ðiː] ['ɔːlsəʊ] !

saying	to	you	,	"	My	child	,	I	love	thee	also	!
说	到	你	,	"	我的	孩子	,	我	爱	你	还	!

我对你说："我的孩子，我也爱你！"

" [əʊ]['dʒiːzəs] , [haʊ] [kæn; kən][wiː; wi][faɪnd] [wɜːdz] [ɪn] [wɪtʃ] [tuː; tə] [ɪk'spres] [ðə; ði] ['tendənəs]

"	O	Jesus	,	how	can	we	find	words	in	which	to	express	the	tenderness
"	哦	耶稣	,	如何	能	我们	寻找	字	在	哪个	到	表达	这	压痛

[ə'weɪkənd] [ɪn] [ðaɪn] [hɑːt] ,

awakened	in	Thine	Heart	,
觉醒	在	瘦	心	,

"哦，耶稣，我们该如何用言语来表达你心中涌起的温柔慈爱呢？"

[baɪ][ə; eɪ] [wɜːd] [ɒv; əv] [lʌv] [frɒm; frəm][wʌn][ɒv; əv] [ðaɪ] ['lɪt(ə)l] [wʌnz] !

by	a	word	of	love	from	one	of	Thy	little	ones	!
经过	一个	单词	的	爱	从	一	的	你的	小的	一个	!

因祢的小天使们一句充满爱意的话语！

[ðæt] [hɑːt] , [səʊ]['tendə(r)] , ['dʒent(ə)l] , ['sensətɪv] , [ænd; ənd] ['lʌvɪŋ] !

That	Heart	,	so	tender	,	gentle	,	sensitive	,	and	loving	!
那	心	,	所以	投标	,	温和的	,	敏感的	,	和	爱	!

那颗心，如此温柔、细腻、敏感、充满爱意！

[ə; eɪ] ['sentəns] [ɒv; əv] ['feɪbərz] [meɪ] [saʊnd] [ʌn'nætʃrəl] [tuː; tə][juː 'es] , [səʊ]['lɪt(ə)l] ['spɪrɪtʃuəli] ['maɪndɪd] :

A	sentence	of	Faber's	may	sound	unnatural	to	us	,	so	little	spiritually	minded	:
一个	句子	的	费伯的	可能	声音	不自然	到	我们	,	所以	小的	精神层面	有思想	:

[hiː; hi] [sez] ,

he	says	,
他	说道	,

费伯的一句话对我们这些缺乏精神追求的人来说可能听起来很不自然：他说，

" [gɒd] ['sʌmtaɪmz] [drɔːz] [ˌjuː 'es][tuː; tə] [hɪm] , [ænd; ənd] [fɪlz] [ˌjuː 'es] [wɪð] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)] [hɪm] ,

"	God	sometimes	draws	us	to	Him	,	and	fills	us	with	love	for	Him	,
"	上帝	有时	平局	我们	到	他	,	和	填充	我们	和	爱	为了	他	,

"上帝有时会吸引我们靠近他，让我们充满对他的爱，

[nɒt] [ðæt] [hiː; hi] [meɪ] [lʌv] [ˌjuː 'es] , [ðæt] [hiː; hi] ['ɔːlweɪz] [dʌz] ,

not	that	He	may	love	us	,	that	He	always	does	,
不是	那	他	可能	爱	我们	,	那	他	总是	做	,

并非说祂可能爱我们，而是说祂一直都爱我们。

[bʌt; bət][ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [meɪk] [ˌjuː 'es] [fiːl] [haʊ] [hiː; hi] [lʌvz] [ˌjuː 'es] !

but	in	order	to	make	us	feel	how	He	loves	us	!
但	在	命令	到	制作	我们	感觉	如何	他	爱	我们	!

但这一切都是为了让我们感受到祂对我们的爱！

" [æn; ən][ækt][ɒv; əv] [lʌv] [dɪ'mɑːndz] [bʌt; bət][ə; eɪ] [fjuː] ['moments] .

"	An	Act	of	Love	demands	but	a	few	moments	.
"	一个	行为	的	爱	需求	但	一个	很少	时刻	.

爱的行动只需要片刻。

[ðə; ði] [həʊl] [ɒv; əv][ðə; ði] [deɪ] , ['iːv(ə)n][ɪn][ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv]['leɪbə(r)] , [wiː; wi][kæn; kən] ['mʌltɪplaɪ] [ˌaɪ 'tiː]

The	whole	of	the	day	,	even	in	the	midst	of	labor	,	we	can	multiply	it
这	所有的	的	这	天	,	甚至	在	这	中间	的	劳动	,	我们	能	乘	它

['ɪnfɪnətli] ,

infinitely	,
无限地	,

即使在忙碌的工作中，我们也可以无限地倍增一天的时间。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

金粉：日常生活圣化(Gold Dust A Collection of Golden Counsels for)
第5/5页

[ænd; ənd] [wɒt] ['wʌndər] [ɑː(r); ə(r)] [rɔːt] [baɪ] [iːtʃ] [ækt] !

and	what	wonders	are	wrought	by	each	Act	!
和	什么	奇迹	是	锻	经过	每个	行为	！

每一幕都创造了多么奇妙的景象啊！

['dʒiːzəs] [hɪm'self] [ɪz] ['glɔːrɪfaɪd] , [ænd; ənd][hiː; hi] [ʃedz] [ə'bʌndənt] [greɪs] [ə'pɒn][ðə; ði] [ɜːθ] .

Jesus	Himself	is	glorified	,	and	He	sheds	abundant	grace	upon	the	earth	.
耶稣	他本人	是	光荣的	,	和	他	棚屋	丰富	优雅	之上	这	地球	.

耶稣自己得荣耀，祂将丰盛的恩典倾注于世上。

['aʊə(r)] ['gɑːdiən] ['eɪndʒl] , [bɪ'həʊldɪŋ] [juː 'es] , ['lisən] , [drɔːz] ['nɪərə(r)] , [ænd; ənd] [meɪks] [juː 'es] [fiːl]

Our	Guardian	Angel	,	beholding	us	,	listens	,	draws	nearer	,	and	makes	us	feel
我们的	监护人	天使	,	凝视	我们	,	听着	,	平局	更近	,	和	制作	我们	感觉

[wiː; wi][hæv; həv] [dʌn] [raɪt] .

we	have	done	right	.
我们	有	完毕	正确的	.

我们的守护天使注视着我们，倾听着，靠近着我们，让我们感到我们做对了。

[ðə; ði]['eɪndʒəls] [ə'bʌv] [ɪk'spɪəriəns] [ə; eɪ] ['sʌd(ə)n] [dʒɔɪ] , [ænd; ənd] [lʊk] [ə'pɒn][juː 'es] ['tendəli] .

The	Angels	above	experience	a	sudden	joy	,	and	look	upon	us	tenderly	.
这	天使	多于	经验	一个	突然	喜悦	,	和	看	之上	我们	温柔地	.

天上的天使们突然感到无比喜悦，温柔地望着我们。

['iːv(ə)l] ['spɪrɪt] [fiːl] [ðeə(r)]['paʊə(r)] [dɪ'mɪnɪʃt] ,

Evil	spirits	feel	their	power	diminished	,
邪恶的	烈酒	感觉	他们的	力量	减少	,

邪灵感到自身力量减弱了。

[ænd; ənd][ðeə(r)][ɪz][ə; eɪ]['məʊmənt][ɒv; əv][rest][frɒm; frəm][ðə; ði][temp'teɪʃ(ə)n] [ðæt] [sə'raʊndz] [juː 'es] .

and	there	is	a	moment	of	rest	from	the	temptation	that	surrounds	us	.
和	那里	是	一个	片刻	的	休息	从	这	诱惑	那	周围环境	我们	.

我们得以暂时摆脱周围的诱惑，获得片刻的喘息。

[ðə; ði]['kwaɪə(r)][ɒv; əv] [seɪnts] [ə'bʌv] [rɪ'njuː] [ðeə(r)] [sɔːŋz] [ɒv; əv] [preɪz] .

The	choir	of	saints	above	renew	their	songs	of	praise	.
这	唱诗班	的	圣徒	多于	更新	他们的	歌曲	的	称赞	.

天上的圣徒们再次唱起赞美诗。

[iːtʃ] [səʊl] [ɒn] [ɜːθ] [fiːlz] [ðə; ði] [piːs] [dɪ'vaɪn] .

Each	soul	on	earth	feels	the	peace	Divine	.
每个	灵魂	在	地球	感觉	这	和平	神圣的	.

地球上的每一个灵魂都能感受到神圣的平静。

[ɑː] ! [wɪtʃ] [ɒv; əv][juː 'es] [iːtʃ] [deɪ] [wʊd] [nɒt] [rɪ'njuː] [ðiːz] [ækts] [ɒv; əv] [lʌv] [tuː; tə][gɒd] !

Ah	!	which	of	us	each	day	would	not	renew	these	Acts	of	Love	to	God	!
啊	！	哪个	的	我们	每个	天	会	不是	更新	这些	使徒行传	的	爱	到	上帝	！

啊！我们当中谁不想每天重拾这些对上帝的爱呢！

[ɑː] ! [ɔːl] [huː] [riːd] [ðiːz] [laɪnz] , [pɔːz] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['məʊmənt] ,

Ah	!	all	who	read	these	lines	,	pause	for	one	moment	,
啊	！	全部	WHO	读	这些	线条	,	暂停	为了	一	片刻	,

啊！所有读到这些文字的人，请稍作停顿。

[ænd; ənd][frɒm; frəm][ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ɪk'skleɪm] , " [maɪ][gɒd] , [aɪ] [lʌv] [ðiː] !

and	from	the	bottom	of	your	heart	exclaim	,	"	My	God	,	I	love	Thee	!
和	从	这	底部	的	你的	心	惊叹	,	"	我的	上帝	,	我	爱	汝	！

从心底深处呼喊：“我的上帝，我爱你！”

[maɪ][gɒd] , [aɪ] [lʌv] [ðiː] !
My God , I love Thee !
我的 上帝 ， 我 爱 汝 ！

我的上帝，我爱你!

" [ˌɛksˌaɪˈviː] .
" XIV .
" 十四 .

“十四.

[biː; bi] ['sɪəriəs]
Be Serious
是 严肃的

认真点

[ə; eɪ] ['steɪtsmən] [rɪ'taɪərɪŋ][frɒm; frəm] ['pʌblɪk] [laɪf] ['ɒkjupaɪd] [hɪm'self] [ɪn][hɪz; ɪz]['lætə(r)] [deɪz] [wɪð] ['sɪəriəs]
A statesman retiring from public life occupied himself in his latter days with serious
一个 政治家 退休 从 民众 生活 占领 他自己 在 他的 后者 天 和 严肃的
[θɔːts] .
thoughts .
想法 .

一位从政坛退休的政治家，在晚年致力于严肃的思考。

[ðə; ðɪ] [frendz] [huː] [keɪm] [tuː; tə]['vɪzɪt] [hɪm] , [riˈprəutʃ] [hɪm] [wɪð] ['biːɪŋ] ['melənkəli] .
The friends who came to visit him , reproached him with being melancholy .
这 朋友们 WHO 来了 到 访问 他 , 受责备 他 和 存在 忧郁 .

前来探望他的朋友们都责怪他过于忧郁。

" [nəʊ] , " [hiː; hi] [rɪ'plaɪd] ; " [aɪ][ˌeɪ 'em]['əʊnli] ['sɪəriəs] .
" No , " he replied ; " I am only serious .
" 不 , " 他 回复 ; " 我 是 仅有的 严肃的 .

“不，”他回答说；“我只是认真的。”

[ɔːl] [ə'raʊnd] [ˌem 'iː][ɪz] ['sɪəriəs] ,
All around me is serious ,
全部 大约 我 是 严肃的 ,

我周围的一切都很严肃。

[ænd; ənd][aɪ] [fiːl] [ðə; ðɪ] [niːd] [ðæt] [hɑːt] [ænd; ənd][maɪnd][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][ɪn]['juːnɪs(ə)n] [wɪð] [maɪ]
and I feel the need that heart and mind should be in unison with my
和 我 感觉 这 需要 那 心 和 头脑 应该 是 在 齐声 和 我的
[səˈraʊndɪŋz] . "
surroundings . "
周围环境 . "

我认为我的内心和思想应该与周围环境保持一致。

" [fɔː(r); fə(r)] , " [hiː; hi] ['ædɪd] , [wɪð] [sʌtʃ] [səˈlemnəti] [æz; əz][tuː; tə] [ɪm'pres] [ɔːl]['prez(ə)nt] ,
" For , " he added , with such solemnity as to impress all present ,
" 为了 , " 他 额外 , 和 这样的 严肃 作为 到 令人印象深刻 全部 展示 ,

“因为，”他补充道，语气如此庄重，给在场的所有人都留下了深刻的印象，

" [gɒd] [ɪz] ['sɪəriəs] [æz; əz][hiː; hi] ['wɒtʃɪz] [ˌjuː 'es] .
" God is serious as He watches us .
" 上帝 是 严肃的 作为 他 手表 我们 .

上帝在认真地注视着我们。

['dʒiːzəs][ɪz] ['sɪəriəs] [wen] [hiː; hi] [ˌintə'siːd] [fɔː(r); fə(r)][ˌjuː 'es] .
Jesus is serious when He intercedes for us .
耶稣 是 严肃的 什么时候 他 代求 为了 我们 .

耶稣为我们代求时是认真的。

[ðə; ði]['həʊli]['spɪrɪt][ɪz]['sɪəriəs] [wen] [hiː; hi] [gaɪdz] [ˌjuː'es] .

The	Holy	Spirit	is	serious	when	He	guides	us	.
这	圣	精神	是	严肃的	什么时候	他	指南	我们	.

圣灵引导我们是认真的。

['seɪtn] [ɪz] ['sɪəriəs] [wen] [hiː; hi] [tempt] [ˌjuː'es] .

Satan	is	serious	when	he	tempts	us	.
撒但	是	严肃的	什么时候	他	诱惑	我们	.

撒旦诱惑我们是认真的。

[ðə; ði] ['wɪkɪd] [ɪn] [hel] [ɑː(r); ə(r)] ['sɪəriəs] [naʊ] , [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [nɪ'glektɪd] [tuː; tə][biː; bi][səʊ] [wen] [ɒn]

The	wicked	in	hell	are	serious	now	,	because	they	neglected	to	be	so	when	on
这	邪恶	在	地狱	是	严肃的	现在	,	因为	他们	被忽视的	到	是	所以	什么时候	在

[ɜːθ] ;

earth	;
地球	;

地狱里的恶人现在都很严肃，因为他们在世时疏忽了这一点；

[ɔːl][ɪz] ['sɪəriəs] [ɪn] [ðæt] [wɜːld]

all	is	serious	in	that	world
全部	是	严肃的	在	那	世界

那个世界里，一切都很严肃。

['wɪðə(r)] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] ['wendɪŋ] .

whither	we	are	wending	.
往哪里去	我们	是	结束	.

我们正走向何方。

" [əʊ] , [maɪ] [frendz] !

"	Oh	,	my	friends	!
"	哦	,	我的	朋友们	!

“哦，我的朋友们！”

[bɪ'liːv] [ˌem 'iː] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɔːl] [truː] ;

believe	me	,	it	is	all	true	;
相信	我	,	它	是	全部	真的	;

相信我，这一切都是真的；

[let] [ˌjuː 'es][æt; ət] [liːst] [æt; ət] [taɪmz] [biː; bi] ['sɪəriəs] [ɪn]['aʊə(r)] [θɔːts] [ænd; ənd][ɪn]['aʊə(r)]['ækʃ(ə)nz] .

let	us	at	least	at	times	be	serious	in	our	thoughts	and	in	our	actions	.
让	我们	在	至少	在	时代	是	严肃的	在	我们的	想法	和	在	我们的	行动	.

让我们至少在某些时候认真思考，认真对待自己的行为。

['ɛks'viː] .

XV	.
十五	.

十五、

[ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n]

Consolation
安慰

安慰

[juː; jʊ] [dɪ'stres] [jɔː'self] ['sʌmtaɪmz] , [pɔː(r); pʊə(r)] [θɪŋ] !

You	distress	yourself	sometimes	,	poor	thing	!
你	痛苦	你自己	有时	,	贫穷的	事物	!

你有时候会让自己很痛苦，可怜的人儿！

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ə'mʌŋst] [ðəʊz] [huː] [sə'raʊnd] [juː; jʊ] , [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [wʌn] [ɔː(r)] [tuː] [huː] ['wʌri]

because	amongst	those	who	surround	you	,	there	are	one	or	two	who	worry
因为	在	那些	WHO	环绕	你	,	那里	是	一	或者	二	WHO	担心

[ænd; ənd] [ə'nɔɪ] [juː; jʊ] .

and	annoy	you	.
和	烦人	你	.

因为在你身边的人当中，总有一两个人会让你担心和烦恼。

[ðeɪ] [duː; də] [nɒt] [laɪk] [juː; jʊ] , [faɪnd] [fɔːlt] [wɪð] ['evriθɪŋ] [juː; jʊ] [duː; də] ,

They	do	not	like	you	,	find	fault	with	everything	you	do	,
他们	做	不是	喜欢	你	,	寻找	过错	和	一切	你	做	,

他们不喜欢你，对你做的每件事都挑剔不已。

[ðeɪ] [miːt] [juː; jʊ] [wɪð] [ə; eɪ] [sɪ'vɪə(r)] ['kaʊntənəns] [ænd; ənd] [ɒ'stɪə(r)] ['mænə(r)] , [juː; jʊ] [θɪŋk] [ðeɪ]

they	meet	you	with	a	severe	countenance	and	austere	manner	,	you	think	they
他们	见面	你	和	一个	严重	面容	和	简朴	方式	,	你	思考	他们

[duː; də] [juː; jʊ] [hɑːm] ,

do	you	harm	,
做	你	伤害	,

他们面容严肃，举止冷峻，你觉得他们要伤害你。

[juː; jʊ] [lʊk] [ə'pɒn] [ðem; ðəm] [æz; əz] ['ɒbstək(ə)lz] [tuː; tə] [jɔː(r); jə(r)] ['duːɪŋ] [gʊd] .

you	look	upon	them	as	obstacles	to	your	doing	good	.
你	看	之上	他们	作为	障碍	到	你的	正在做	好的	.

你把他们视为行善的障碍。

[jɔː(r); jə(r)] [laɪf] ['pɑːsɪz] [ə'weɪ] ['sæd(ə)nd] [ænd; ənd] ['feɪdɪd] , [ænd; ənd] ['grædʒuəli] [juː; jʊ] [bɪ'kʌm]

Your	life	passes	away	saddened	and	faded	,	and	gradually	you	become
你的	生活	通过	离开	悲伤	和	褪色	,	和	逐步地	你	变得

[dɪs'hɑːt(ə)nd] .

disheartened	.
沮丧	.

你的生命在悲伤和黯淡中逝去，渐渐地，你变得意志消沉。

['kʌrɪdʒ] !

Courage	!
勇气	!

勇气!

[ɪn'sted] [ɒv; əv] ['veksɪŋ] [jɔː'self] , [θæŋk] [gɒd] ;

instead	of	vexing	yourself	,	thank	God	;
反而	的	令人恼火	你自己	,	感谢	上帝	;

与其自责，不如感谢上帝；

[ðiːz] ['veri] [p'ɜːsənz] [ɑː(r); ə(r)] [ðə; ði] [miːnz] [ɒv; əv] [prɪ'zɜːrv] [juː; jʊ] [frɒm; frəm] [hjuː'mɪlieɪtɪŋ] [fɔːlts] ,

these	very	persons	are	the	means	of	preserving	you	from	humiliating	faults	,
这些	非常	人	是	这	方法	的	保存	你	从	羞辱	故障	,

[pə'hæps] ['iːv(ə)n] ['greɪtə(r)] [sɪnz] .

perhaps	even	greater	sins	.
也许	甚至	更大的	罪孽	.

正是这些人能够保护你免于犯下令人羞辱的错误，甚至更大的罪行。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [laɪk] [ðə; ði] ['blɪstə(r)] [ðə; ði] ['dɒktə(r)] [ə'plaɪz] , [tuː; tə] [drɔː] [aʊt] [ðə; ði] [ˌɪnflə'meɪʃ(ə)n] [ðæt] [wʊd]

It	is	like	the	blister	the	doctor	applies	,	to	draw	out	the	inflammation	that	would
它	是	喜欢	这	水疱	这	医生	适用	,	到	画	出去	这	炎	那	会

[kɪl] .

kill	.
杀	.

这就像医生用来引流致命炎症的药膏一样。

[gɒd] [siːz] [ðæt] [tuː] [mʌtʃ] [dʒɔɪ] , [tuː] [mʌtʃ] ['hæpinəs] ,
God sees that too much joy , too much happiness ,
上帝 看到 那 也 很多 喜悦 , 也 很多 幸福 ,

上帝看到过多的快乐，过多的幸福，

[prə'kjʊəd] [baɪ] [ðəʊz] ['lɪt(ə)l] [ə'tenʃən] [fɔː(r); fə(r)] [wɪtʃ] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)][səʊ]['iːgə(r)] ,
procured by those little attentions for which you are so eager ,
采购 经过 那些 小的 注意 为了 哪个 你 是 所以 渴望的 ,

正是通过你如此渴望的那些细微关注而获得的，

[wʊd] [meɪk] [juː; jʊ] ['keələs] [ænd; ənd]['sləʊθf(ə)l][ɪn] [preə(r)] ; [tuː] [mʌtʃ] [ə'fekʃn] [wʊd] ['əʊnli]
would make you careless and slothful in prayer ; too much affection would only
会 制作 你 粗心 和 懒惰 在 祷告 ; 也 很多 感情 会 仅有的
['enəveɪt] ,
enervate ,
使衰弱 ,

会使你在祷告中变得粗心懒惰；过多的爱只会使人精疲力竭。

[ænd; ənd][juː; jʊ] [wʊd] [klɪŋ] [tuː] [mʌtʃ] [tuː; tə] ['ɜːθli] [θɪŋz] ;
and you would cling too much to earthly things ;
和 你 会 黏着 也 很多 到 尘世的 事物 ;

你会过于执着于世俗的事物；

[səʊ][ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [prɪ'zɜːv] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ɪn][ɔːl][ɪts] ['tendənəs] [ænd; ənd] [sɪm'plɪsəti] ,
so in order to preserve your heart in all its tenderness and simplicity ,
所以 在 命令 到 保存 你的 心 在 全部它是 压痛 和 简单 ,

所以，为了保持你内心所有的温柔和纯真，

[hiː; hi][plɑːnts][ðeə(r)][ə; eɪ][fjuː] [θɔːnz] ,
He plants there a few thorns ,
他 植物 那里 一个 很少 荆棘 ,

他在那里种了几根刺，

[ænd; ənd] [kʌts] [juː; jʊ] [ɒf] [frɒm; frəm][ɔːl][ðə; ði] ['pleʒəz] [juː; jʊ]['fænsi] [jɔːz] [baɪ] [raɪt] .
and cuts you off from all the pleasures you fancy yours by right .
和 削减 你 离开 从 全部 这 快乐 你 想要 你的 经过 正确的 .

并剥夺你自认为理应享有的所有乐趣。

[gɒd] [nəʊz] [ðæt] [tuː] [mʌtʃ] [preɪz] [wʊd] [kɔːz] [praɪd] , [ænd; ənd] [meɪk] [juː; jʊ] [les] [fɔː'beərɪŋ]
God knows that too much praise would cause pride , and make you less forbearing
上帝 知道 那 也 很多 称赞 会 原因 自豪 , 和 制作 你 较少的 忍耐
[tuː; tə] ['ʌðə(r)z] ,
to others ,
到 其他的 ,

上帝知道，过多的赞美会使人骄傲，使人变得不那么宽容待人。

[ænd; ənd][səʊ][hiː; hi] [sendz] [ɪn'sted] [hjuːˌmɪli'eɪʃn] .
and so He sends instead humiliations .
和 所以 他 发送 反而 羞辱 .

所以祂反而降下羞辱。

[let] [ðem; ðəm][biː; bi] , [ðen] , [ðiːz] [p'ɜːsənz] [huː] [ʌn'kɒnʃəsli] [ɑː(r); ə(r)] ['duːɪŋ] [gɑːdz] [wɜːk] [wɪ'ðɪn]
Let them be , then , these persons who unconsciously are doing God's work within
让 他们 是 , 然后 , 这些 人 WHO 不知不觉 是 正在做 神的 工作 之内
[juː; jʊ] .
you .
你 .

那么，就让他们做他们吧，那些无意识地在你心中做着上帝工作的人。

[ɪf] [juː; jʊ] ['kænɒt] [lʌv] [ðem; ðəm][frɒm; frəm] ['sɪmpəθi] , [lʌv] [wɪð] [æn; ən] ['efət] [ɒv; əv][ðə; ði] [wɪl] ,
If you cannot love them from sympathy , love with an effort of the will ,
如果 你 不能 爱 他们 从 同情 , 爱 和 一个 努力 的 这 将要 ,

如果你不能出于同情去爱他们，那就用意志力去爱他们。

[ænd; ənd] [seɪ] [tuː; tə] [gɒd] , " [maɪ] [gɒd] , [grɑːnt] [ðæt] [wɪˈðaʊt] [əˈfendɪŋ] [ðiː] , [ðeɪ] [meɪ] [wɜːk] [maɪ]

and	say	to	God	,	"	My	God	,	grant	that	without	offending	Thee	,	they	may	work	my
和	说	到	上帝	,	"	我的	上帝	,	授予	那	没有	犯罪	汝	,	他们	可能	工作	我的

[ˌsæŋktɪfɪˈkeɪʃn] .

sanctification	.
成圣	.

并对上帝说：“我的上帝，求你使他们在不触怒你的情况下，为我的成圣做出贡献。”

[ai] [hæv; həv] [niːd] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] .

I	have	need	of	them	.
我	有	需要	的	他们	.

我需要它们。

" [ˌɛksˈviːˈaɪ] .

"	XVI	.
"	十六	.

“十六、

[ˈhəʊli] [kəˈmjuːniən]

Holy	Communion
圣	圣餐

圣餐

[ðə; ði] [rɪˈzʌlt] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [gʊd] [kəˈmjuːniən] [ɪz] , [wɪˈðɪn] , [ə; eɪ] [fɪə(r)] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [sɪn] , [wɪˈðaʊt] ,

The	result	of	a	good	Communion	is	,	within	,	a	fear	of	a	sin	,	without	,
这	结果	的	一个	好的	圣餐	是	,	之内	,	一个	害怕	的	一个	罪	,	没有	,

良好的圣餐所带来的结果是，内心对罪的敬畏，以及外在的.....

[ə; eɪ] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)] [ˈʌðə(r)z] .

a	love	for	others	.
一个	爱	为了	其他的	.

对他人充满爱心。

[ˈhəʊli] [kəˈmjuːniən] [ɪz] [ə; eɪ] [greɪt] [eɪd] [tuː; tə] [ˌsæŋktɪfɪˈkeɪʃn] .

Holy	Communion	is	a	great	aid	to	sanctification	.
圣	圣餐	是	一个	伟大的	援助	到	成圣	.

圣餐对成圣大有裨益。

[ˈdʒiːzəs] [ˈvɪzɪts] [ðə; ði] [səʊl] , [ˈwɜːkɪŋ] [ɪn] [ˌaɪ ˈtiː] , [ænd; ənd] [ˈfɪlɪŋ] [ˌaɪ ˈtiː] [wɪð] [hɪz; ɪz] [greɪs] ,

Jesus	visits	the	soul	,	working	in	it	,	and	filling	it	with	His	Grace	,
耶稣	访问	这	灵魂	,	在职的	在	它	,	和	填充	它	和	他的	优雅	,

耶稣探访人的灵魂，在灵魂深处动工，并以祂的恩典充满灵魂。

[wɪtʃ] [ɪz] [ʃed] [ɒn] [ɔːl] [əˈraʊnd] , [æz; əz] [ðə; ði] [sʌn] [ʃedz] [fɔːθ] [ɪts] [laɪt] ,

which	is	shed	on	all	around	,	as	the	sun	sheds	forth	its	light	,
哪个	是	棚	在	全部	大约	,	作为	这	太阳	棚屋	前进	它是	光	,

就像太阳照耀大地一样，光芒洒向四面八方。

[ðə; ði] [ˈfaɪə(r)] [gɪvz] [aʊt] [ɪts] [hiːt] .

the	fire	gives	out	its	heat	.
这	火	给予	出去	它是	热	.

火散发出热量。

[ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [ɪmˈpɒsəb(ə)l] [bʌt; bət] [ðæt] [kraɪst] , [ðʌs] [ˈvɪzɪtɪŋ] [ðə; ði] [səʊl] , [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [liːv] [ˈsʌmθɪŋ]

It	is	impossible	but	that	Christ	,	thus	visiting	the	soul	,	should	not	leave	something
它	是	不可能的	但	那	基督	,	因此	访问	这	灵魂	,	应该	不是	离开	某物

[kraɪst] - [laɪk] [wɪˈðɪn] ,

Christ	-	like	within	,
基督	-	喜欢	之内	,

基督造访灵魂，必然会在灵魂深处留下基督的印记。

[ɪf] ['əʊnli][ðə; ði] [səʊl] [biː; bi] [dɪ'spəʊzd] [tuː; tə] [rɪ'siːv] [ˌaɪ 'tiː] .

if	only	the	soul	be	disposed	to	receive	it	.
如果	仅有的	这	灵魂	是	处置	到	收到	它	.

只要灵魂愿意接受它。

['faɪə(r)] , [huːz] ['prɒpəti] [ɪz][tuː; tə] [gɪv] [wɔːmθ] ,

Fire	,	whose	property	is	to	give	warmth	,
火	,	谁	财产	是	到	给	温暖	,

火的特性是提供温暖，

['kænɒt] [prə'djuːs] [ðæt] [ɪ'fekt] [ən'les] [ðə; ði] ['bɒdi] [biː; bi] [pleɪst] [nɪə(r)] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][biː; bi] ['penətreɪtɪd]

cannot	produce	that	effect	unless	the	body	be	placed	near	enough	to	be	penetrated
不能	生产	那	影响	除非	这	身体	是	放置	靠近	足够的	到	是	渗透

[wɪð] [ðə; ði] [hiːt] .

with	the	heat	.
和	这	热	.

只有当物体靠近到足以被热量穿透的距离时，才能产生这种效果。

[dʌz] [nɒt] [ðɪs] ['sɪmp(ə)l] [θɔːt] [ɪk'spleɪn][ðə; ði] ['riːz(ə)n] [ðæt] [ðeə(r)][ɪz]['ɒf(ə)n][səʊ]['lɪt(ə)l] [rɪ'zʌlt]

Does	not	this	simple	thought	explain	the	reason	that	there	is	often	so	little	result
做	不是	这	简单的	想法	解释	这	原因	那	那里	是	经常	所以	小的	结果

[frɒm; frəm]['aʊə(r)] ['friːkwənt] [kə'mjuːniən] ?

from	our	frequent	Communions	?
从	我们的	频繁	圣餐	?

这种简单的想法难道不能解释为什么我们频繁的圣餐仪式往往收效甚微吗?

[duː; də][juː; jʊ] [lɒŋ] [æt; ət] [iːtʃ] [kə'mjuːniən] [tuː; tə] [rɪ'siːv] [ðə; ði] [greɪs] [bɪ'stəʊd] [baɪ] [kraɪst] [ðæt]

Do	you	long	at	each	Communion	to	receive	the	grace	bestowed	by	Christ	that
做	你	长的	在	每个	圣餐	到	收到	这	优雅	授予	经过	基督	那

[ʃæl; ʃəl]['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] [fɪt] [juː; jʊ][fɔː(r); fə(r)] ['hev(ə)n] [ˌhɪər'ɑːftə(r)] ?

shall	little	by	little	fit	you	for	heaven	hereafter	?
将	小的	经过	小的	合身	你	为了	天堂	此后	?

你是否渴望在每次领圣餐时都获得基督所赐的恩典，使你日后能逐渐预备好进入天堂?

[wɪl] [juː; jʊ] , [rɪ'siːvɪŋ] [ðʌs] [ðə; ði] [gɒd] [ɒv; əv] [piːs] [wɪ'ðɪn] ,

Will	you	,	receiving	thus	the	God	of	Peace	within	,
将要	你	,	接收	因此	这	上帝	的	和平	之内	,

你愿意如此接受你内心的和平之神吗?

[hæv; həv][fɔː(r); fə(r)] [ðəʊz] [ə'raʊnd] [juː; jʊ][kaɪnd] [wɜːdz] [ðæt] [ʃæl; ʃəl] [fɪl] [ðem; ðəm] [wɪð] ['kɑːmnəs] ,

have	for	those	around	you	kind	words	that	shall	fill	them	with	calmness	,
有	为了	那些	大约	你	种类	字	那	将	充满	他们	和	平静	,

[ˌrezɪg'neɪʃ(ə)n] , [ænd; ənd] [piːs] ?

resignation	,	and	peace	?
辞职	,	和	和平	?

对身边的人说些温暖的话语，让他们感到平静、释然与安宁?

[wɪl] [juː; jʊ] , [rɪ'siːvɪŋ] [ðʌs] [ðə; ði] [gɒd] [ɒv; əv] [lʌv] ,

Will	you	,	receiving	thus	the	God	of	Love	,
将要	你	,	接收	因此	这	上帝	的	爱	,

你愿意如此接受爱之神吗?

['grædʒuəli] [ɪn'kriːs] [ɪn] ['tendənəs] [ænd; ənd] [lʌv] [ðæt] [wɪl] [ɜːdʒ] [juː; jʊ][tuː; tə]['sækrɪfaɪs] [jɔː'self]

gradually	increase	in	tenderness	and	love	that	will	urge	you	to	sacrifice	yourself
逐步地	增加	在	压痛	和	爱	那	将要	敦促	你	到	牺牲	你自己

[fɔː(r); fə(r)] ['ʌðə(r)z] ,

for	others	,
为了	其他的	,

逐渐增长的温柔和爱意会促使你为他人牺牲自己。

['lʌvɪŋ] [ðem; ðəm][æz; əz] [kraɪst] [wʊd] [hæv; həv] [lʌvd] [ðem; ðəm] ?

loving	them	as	Christ	would	have	loved	them	?
爱	他们	作为	基督	会	有	喜爱	他们	?

爱他们如同基督爱他们那样?

[wɪl] [juː; jʊ] , [rɪ'siːvɪŋ] [hɪm] [juː; jʊ] ['raɪtlɪ] [neɪm] [ðə; ðɪ] ['greɪʃəs] [gɒd] , [bɪ'kʌm] [jɔː'self] ['greɪʃəs] ,

Will	you	,	receiving	Him	you	rightly	name	the	Gracious	God	,	become	yourself	gracious	,
将要	你	,	接收	他	你	没错	姓名	这	亲切	上帝	,	变得	你自己	亲切	,

['greɪʃəs] [tuː; tə] ['sɪmpəθaɪz] ,

gracious	to	sympathize	,
亲切	到	同情	,

你既然接受了你所称颂的仁慈之神，是否也愿意变得仁慈，乐于同情他人?

['greɪʃəs] [tuː; tə][fɔː'beə(r)] , ['greɪʃəs] [tuː; tə]['pɑːd(ə)n] ,

gracious	to	forbear	,	gracious	to	pardon	,
亲切	到	忍耐	,	亲切	到	赦免	,

宽容忍耐，宽恕仁慈

[ænd; ənd] [ðʌs] [ɪn][ə; eɪ] [smɔːl] [weɪ] [rɪ'zemb(ə)l][ðə; ðɪ] [gɒd] [huː] [geɪv] [hɪm'self] [fɔː(r); fə(r)] [ðiː] ?

and	thus	in	a	small	way	resemble	the	God	Who	gave	Himself	for	thee	?
和	因此	在	一个	小的	方式	类似	这	上帝	WHO	给予	他本人	为了	你	?

因此，在某种程度上，你与那位为你舍己的上帝有几分相似?

[ðɪs] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi][jɔː(r); jə(r)] [rɪ'zɒlv] [wen] [ə'baʊt] [tuː; tə] [kə'mjuːnɪkeɪt] .

This	should	be	your	resolve	when	about	to	communicate	.
这	应该	是	你的	解决	什么时候	关于	到	交流	.

这是你在沟通时应该秉持的信念。

[rɪ'zɒlvd] : [tuː; tə] [ə'beɪ] [gɑːdz] [kə'mændmənts] [ɪn] [ɔːl] [ðeə(r)] [ɪk'stensɪvnəs] , ['nevə(r)] ['hezɪteɪtɪŋ] [ɪn]

Resolved	:	to	obey	God's	Commandments	in	all	their	extensiveness	,	never	hesitating	in
已解决	:	到	服从	神的	诫命	在	全部	他们的	广泛性	,	绝不	犹豫不决	在

[ə; eɪ] ['kwestʃən] [ɒv; əv]['djuːti] ,

a	question	of	duty	,
一个	问题	的	责任	,

决心：遵守上帝的一切诫命，在履行职责的问题上绝不犹豫。

[nəʊ]['mætə(r)] [haʊ] [hɑːd] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] ;

no	matter	how	hard	it	may	be	;
不	事情	如何	难的	它	可能	是	;

无论多么困难；

[ðə; ðɪ]['djuːti][ɒv; əv] [fə'gɪvɪŋ] [ænd; ənd] [fər'get] [sʌm; səm] [ɪn'dʒʌstɪs] [ɔː(r)] [ˌʌndɪ'zɜːvd] [rɪ'bjuːk] ;

the	duty	of	forgiving	and	forgetting	some	injustice	or	undeserved	rebuke	;
这	责任	的	宽恕	和	遗忘	一些	不公正	或者	不应得的	训斥	;

宽恕和遗忘某些不公正待遇或不应有的责备的责任；

[ək'septɪŋ] ['tʃɪəfəli] [ə; eɪ] [pə'zɪʃ(ə)n] ['kɒntrəri] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] ['wɪʃɪz] [ænd; ənd] [ˌinkli'neiʃən] ;

accepting	cheerfully	a	position	contrary	to	your	wishes	and	inclinations	;
接受	愉快地	一个	位置	相反	到	你的	愿望	和	倾向	;

[ˌæplɪ'keɪʃ(ə)n] [tuː; tə][sʌm; səm]['leɪbə(r)] , [dɪs'teɪstfl] ,

application	to	some	labor	,	distasteful	,
应用	到	一些	劳动	,	令人厌恶的	,

欣然接受与自身意愿和倾向相悖的职位；从事某些令人厌恶的劳动

[ænd; ənd] ['siːmɪŋli] [bɪ'jɒnd] [jɔː(r); jə(r)] [streŋθ] . . . .

and	seemingly	beyond	your	strength	.	.	.	.
和	似乎	超过	你的	力量	.	.	.	.

似乎超出了你的能力范围.....

[ɪf] [jɔː(r); jə(r)]['djuːti] [siːm] ['ɔːlməʊst][ɪm'pɒsəb(ə)l][tuː; tə] [fʊl'fɪl] , [ɑːsk] [jɔː'self] , " [ɪz] [ðɪs] [gɑːdz] [wɪl]

If	your	duty	seems	almost	impossible	to	fulfil	,	ask	yourself	,	"	Is	this	God's	Will
如果	你的	责任	似乎	几乎	不可能的	到	实现	,	问	你自己	,	"	是	这	神的	将要

[fɔː(r); fə(r)][ˌem 'iː] ?

for	me	?
为了	我	?

如果你觉得履行职责几乎不可能，那就问问自己：“这是上帝对我的旨意吗？”

" [ænd; ənd] [ɪf] ['kɒnʃəns] ['ɑːnsəz] [jes] , [ðen] [rɪ'plaɪ]['ɔːlsəʊ] , [aɪ] [wɪl] [duː; də][ˌaɪ 'tiː] .

"	and	if	conscience	answers	yes	,	then	reply	also	,	I	will	do	it	.
"	和	如果	良心	答案	是的	,	然后	回复	还	,	我	将要	做	它	.

“如果良心回答‘是’，那么也回答‘我会去做’。”

[ɔːl] ['dɪfɪkəltɪz] ['vænɪʃ] ['ɑːftə(r)]['həʊli] [kə'mjuːniən] .

All	difficulties	vanish	after	Holy	Communion	.
全部	困难	消失	后	圣	圣餐	.

领圣餐后，一切困难都会消失。

['dʒenərəs] : [dɪ'praɪvɪŋ] [jɔː'self] [ðəʊz] [deɪz] [ɒv; əv] [kə'mjuːniən] [ɒv; əv][sʌm; səm] ['pleʒəz] [wɪtʃ]

Generous	:	depriving	yourself	those	days	of	Communion	of	some	pleasures	which
慷慨的	:	剥夺	你自己	那些	天	的	圣餐	的	一些	快乐	哪个

[ðəʊ] ['hɑːmləs] [ɪn] [ðəm'selvz] ,

though	harmless	in	themselves	,
尽管	无害	在	他们自己	,

慷慨：在圣餐日里克制自己，放弃一些本身无害的乐趣，

[juː; jʊ] [nəʊ] , ['əʊnli] [tuː] [wel] , [ɪn'fiːb(ə)l] [jɔː(r); jə(r)] [dɪ'vəʊʃn] , [ɪk'saɪt] [jɔː(r); jə(r)] ['fiːlɪŋz] , [ænd; ənd]

you	know	,	only	too	well	,	enfeeble	your	devotion	,	excite	your	feelings	,	and
你	知道	,	仅有的	也	出色地	,	虚弱的	你的	虔诚	,	激发	你的	情怀	,	和

[liːv] [juː; jʊ] [wiːkə] [ðæn; ðən] [bɪ'fɔː(r)] .

leave	you	weaker	than	before	.
离开	你	较弱	比	前	.

你非常清楚，这会削弱你的奉献精神，激起你的情感，让你比以前更加虚弱。

['dʒenərəs] [miːnz] ['duːɪŋ] ['əʊvə(r)][ænd; ənd] [ə'bʌv] [wɒt] ['djuːti] [rɪ'kwaɪəz] [ɒv; əv][ˌjuː 'es] .

Generous	means	doing	over	and	above	what	duty	requires	of	us	.
慷慨的	方法	正在做	超过	和	多于	什么	责任	需要	的	我们	.

慷慨意味着超越我们职责范围所要求的去做。

[ˌkɒnʃi'enʃəs] [ænd; ənd] ['ʌpraɪt] :

Conscientious	and	upright	:
尽责的	和	直立	:

认真负责，正直诚实：

[nɒt] [siːkɪŋ] [tuː; tə][faɪnd][aʊt] [ɪf] [sʌm; səm] [fə'bɪd(ə)n] [θɪŋ] [ɪz] ['riːəli] [ə; eɪ][sɪn][ɔː(r)][nɒt] ,

not	seeking	to	find	out	if	some	forbidden	thing	is	really	a	sin	or	not	,
不是	寻求	到	寻找	出去	如果	一些	禁止	事物	是	真的	一个	罪	或者	不是	,

并非试图弄清某些禁忌之事是否真的是罪过，

[ænd; ənd] ['weðə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [nɒt] [ɪn][sʌm; səm] [weɪ] [biː; bi] ['rekənsaɪld] [tuː; tə] ['kɒnʃəns] .

and	whether	it	may	not	in	some	way	be	reconciled	to	conscience	.
和	无论	它	可能	不是	在	一些	方式	是	和解	到	良心	.

以及它是否能在某种程度上与良心相符。

[əʊ] ! [haʊ] ['hɜːtfl] [ɑː(r); ə(r)] [ðiːz] [weɪvɜ-ɪŋz] [bɪ'twiːn] [gɒd] [ænd; ənd][ðə; ði] [wɜːld] , ['djuːti][ænd; ənd]

Oh	!	how	hurtful	are	these	waverings	between	God	and	the	world	,	duty	and
哦	!	如何	伤人的	是	这些	摇摆不定	之间	上帝	和	这	世界	,	责任	和

['pleʒə(r)] , [ə'biːdiəns] [ænd; ənd] [ə'ljuəmənt] .

pleasure	,	obedience	and	allurements	.
乐趣	,	服从	和	诱惑	.

哦！在上帝与世界、责任与享乐、服从与诱惑之间摇摆不定是多么伤人啊！

[dɪd] ['dʒiːzəs] [kraɪst] ['hezɪteɪt] [tuː; tə] [daɪ] [fɔː(r); fə(r)] [juː; jʊ] ?

Did	Jesus	Christ	hesitate	to	die	for	you	?
做过	耶稣	基督	犹豫	到	死	为了	你	?

耶稣基督为你而死时，他曾犹豫过吗?

[ænd; ənd] [jet] [juː; jʊ] ['hezɪteɪt] !

and	yet	you	hesitate	!
和	然而	你	犹豫	!

你竟然还在犹豫!

['kaʊəd] !

Coward	!
懦夫	!

懦夫!

['hʌmb(ə)l] [ænd; ənd] [miːk] : ['tredɪŋ] ['piːsfəli] [ðə; ði] [rəʊd] [mɑːkt] [aʊt] [fɔː(r); fə(r)] [juː; jʊ] [baɪ]

Humble	and	meek	:	treading	peacefully	the	road	marked	out	for	you	by
谦逊的	和	温顺	:	踩踏	和平地	这	路	标记	出去	为了	你	经过

['prɒvɪdəns] , ['sʌmtaɪmz] ['wiːpɪŋ] ,

Providence	,	sometimes	weeping	,
普罗维登斯	,	有时	哭泣	,

谦卑温顺：平静地走在上帝为你安排的道路上，有时会流泪。

['ɒf(ə)n] ['sʌfərɪŋ] , [bʌt; bət] [friː] [frɒm; frəm] [æŋ'zaɪəti] ,

often	suffering	,	but	free	from	anxiety	,
经常	痛苦	,	但	自由的	从	焦虑	,

经常遭受痛苦，但却不焦虑

[ə'weɪtɪŋ] [ðə; ði] ['lʌvɪŋ] [sə'pɔːt] [ðæt] ['nevə(r)] [feɪlz] [ðəʊz] [huː] [trʌst] [ænd; ənd] [rɪ'njuː] [ðeə(r)] [streŋθ]

awaiting	the	loving	support	that	never	fails	those	who	trust	and	renew	their	strength
等待中	这	爱	支持	那	绝不	失败	那些	WHO	相信	和	更新	他们的	力量

[deɪ] [baɪ] [deɪ] .

day	by	day	.
天	经过	天	.

等待着那份永不辜负信任之人的爱与支持，并日复一日地重拾力量。

['lɪvɪŋ] ['kwaɪətli] , ['lʌvɪŋ] ['naɪðə(r)] [ðə; ði] [wɜːld] [nɔː(r)] [ɪts] [preɪz] ,

Living	quietly	,	loving	neither	the	world	nor	its	praise	,
活的	悄悄	,	爱	两者都不	这	世界	也不	它是	称赞	,

过着平静的生活，既不爱世俗，也不爱世人的赞誉。

['wɜːkɪŋ] [kən'tentɪdli] [ɪn] [ðæt] [steɪt] [ɒv; əv] [laɪf] [tuː; tə] [wɪtʃ] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] , ['duːɪŋ] [gʊd] ,

working	contentedly	in	that	state	of	life	to	which	you	are	called	,	doing	good	,
在职的	心满意足地	在	那	状态	的	生活	到	哪个	你	是	称为	,	正在做	好的	,

安于你所被召唤去从事的生活状态，行善，

[rɪ'gɑːdləs] [ɒv; əv] [mænz] ['nɒlɪdʒ] [ænd; ənd] [ə'pruːv(ə)l] , ['kɒntent] [ðæt] ['ʌðə(r)z] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [mɔː(r)]

regardless	of	man's	knowledge	and	approval	,	content	that	others	should	be	more
不管	的	男人的	知识	和	赞同	,	内容	那	其他的	应该	是	更多的

['ɒnəd] , [mɔː(r)] [ɪs'tiːmd] ,

honored	,	more	esteemed	,
荣幸	,	更多的	尊敬的	,

不顾世人的认知和认可，认为他人应该得到更多尊重和敬重。

['hævɪŋ] ['əʊnli] [wʌn] [æm'bɪʃ(ə)n] , — [tuː; tə] [lʌv] [gɒd] , [ænd; ənd] [biː; bi] [lʌvd] [baɪ] [hɪm] .

having	only	one	ambition	,	—	to	love	God	,	and	be	loved	by	Him	.
拥有	仅有的	一	志向	,	—	到	爱	上帝	,	和	是	喜爱	经过	他	.

只有一个愿望，那就是爱上帝，并被上帝所爱。

[ɪf] [ðɪs] [biː; bi] [ðə; ði] [ˌdɪspə'zɪʃn] [ɒv; əv] [jɔː(r); jə(r)] [səʊl] ,

If	this	be	the	disposition	of	your	soul	,
如果	这	是	这	处置	的	你的	灵魂	,

如果这就是你灵魂的本性，

[ðen] [biː; bi][ʃʊə(r)] [iːtʃ] [kə'mjuːniən] [wɪl] [biː; bi]['blesɪd; blest][tuː; tə][juː; jʊ] , [meɪk] [juː; jʊ][mɔː(r)]['həʊli] ,

then	be	sure	each	Communion	will	be	blessed	to	you	,	make	you	more	holy	,
然后	是	当然	每个	圣餐	将要	是	蒙福	到	你	,	制作	你	更多的	圣	,

[mɔː(r)] [laɪk] [kraɪst] ,

more	like	Christ	,
更多的	喜欢	基督	,

那么，请相信每一次圣餐都会蒙福，使你更加圣洁，更加像基督。

[wɪð] [mɔː(r)] [teɪst] [ænd; ənd] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [θɪŋz] [ɒv; əv][gɒd] , [mɔː(r)][ʃʊə(r)][ɒv; əv]['glɔːri]

with	more	taste	and	love	for	the	things	of	God	,	more	sure	of	glory
和	更多的	品尝	和	爱	为了	这	事物	的	上帝	,	更多的	当然	的	荣耀

[ˌhɪər'ɑːftə(r)] .

hereafter	.
此后	.

对上帝的事物更有品味和爱，对来世的荣耀更有信心。

[ˌɛksˌviː'aɪ'aɪ] .

XVII	.
十七	.

十七、

['ɑːftə(r)]['həʊli] [kə'mjuːniən]

After	Holy	Communion
后	圣	圣餐

圣餐之后

[self] - ['sækrɪfaɪs]

SELF	-	SACRIFICE
自己	-	牺牲

自我牺牲

[lɔːd] !

Lord	!
主	!

主！

[teɪk] [ˌem 'iː][ænd; ənd] [liːd] [ˌem 'iː] [ˌwɪðəsəʊ'evə(r)]

take	me	and	lead	me	whithersoever
拿	我	和	带领	我	无论去往何处

带我走，无论去哪里

[ðaʊ] [wɪl] !

Thou	willest	!
你	威尔斯特	!

你的意愿！

[ɪz][ˌaɪ 'tiː] [ðaɪ]

Is	it	Thy
是	它	你的

是你的吗?

[wɪl] [ðæt] [maɪ] [laɪf] [biː; bi] [spent] [ɪn][ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv] [sʌtʃ] [ɪn'ses(ə)nt] [tɔɪl] [ænd; ənd]['tjuːmʌlt] [ðæt] [nəʊ]

Will	that	my	life	be	spent	in	the	midst	of	such	incessant	toil	and	tumult	that	no
将要	那	我的	生活	是	花费	在	这	中间	的	这样的	不停歇	辛劳	和	骚乱	那	不

[taɪm] [ɪz] [left] [fɔː(r); fə(r)] [ðəʊz] [briːf] ['moʊmənts] [ɒv; əv] ['leʒə(r)] [ɒv; əv] [wɪtʃ] [aɪ] ['sʌmtaɪmz] [driːm] ?

time	is	left	for	those	brief	moments	of	leisure	of	which	I	sometimes	dream	?
时间	是	左边	为了	那些	简短的	时刻	的	闲暇	的	哪个	我	有时	梦	?

难道我的一生都要在无休止的辛劳和喧嚣中度过，以至于没有时间享受我有时梦寐以求的短暂闲暇时光吗?

[jes] ! [jes] !

Yes	!	yes	!
是的	!	是的	!

是的！是的！

[ai] [wɪʃ] [ˌaɪ ˈtiː]['ɔːlsəʊ] !
I wish it also !
我 希望 它 还 !

我也希望如此!

[ɪz][ˌaɪ ˈtiː] [ðaɪ] [wɪl] [ðæt] ['ləʊnli] [ænd; ənd] ['sɒrəʊfl] [ai][ˌeɪ 'em] [left] [ɒn] [ɜːθ] ,
Is it Thy Will that lonely and sorrowful I am left on earth ,
是 它 你的 将要 那 孤独 和 悲伤 我 是 左边 在 地球 ,

难道这是你的旨意，让我孤独悲伤地留在世上?

[waɪl] [ðəʊz] [ai] [lʌvd] [hæv; həv] [gɒn] [tuː; tə] [dwel] [nɪə(r)] [ðiː] [ə'bʌv] ?
while those I loved have gone to dwell near Thee above ?
尽管 那些 我 喜爱 有 已消失 到 住 靠近 汝 多于 ?

我所爱的人都已离世，与您同在天上?

[jes] ! [jes] !
Yes ! yes !
是的 ! 是的 !

是的! 是的!

[ai] [wɪʃ] [ˌaɪ ˈtiː]['ɔːlsəʊ] !
I wish it also !
我 希望 它 还 !

我也希望如此!

[ɪz][ˌaɪ ˈtiː] [ðaɪ]
Is it Thy
是 它 你的

是你的吗?

[wɪl] [ðæt] [ˌʌn'nəʊn] [baɪ][ɔːl] , [ˌmɪsʌndə'stʊd] ['iːv(ə)n][baɪ] [ðəʊz] [huːz] [ə'fekʃn] [ai] [praɪz] ,
Will that unknown by all , misunderstood even by those whose affection I prize ,
将要 那 未知 经过 全部 , 被误解 甚至 经过 那些 谁 感情 我 奖 ,

那件无人知晓，甚至连我珍视的人也误解的事，

[ai][ˌeɪ 'em] [lʊkt] [ə'pɒn][æz; əz] ['juːsləs] , [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][maɪ][stjuː'pɪdəti] , [wɒnt] [ɒv; əv]['mænə(r)] ,
I am looked upon as useless , on account of my stupidity , want of manner ,
我 是 看起来 之上 作为 无用 , 在 帐户 的 我的 愚蠢 , 想 的 方式 ,
[ɔː(r)][bæd] [helθ] ?
or bad health ?
或者 坏的 健康 ?

因为我的愚笨、缺乏礼貌或身体不好，所以人们认为我没用吗?

[jes] ! [jes] !
Yes ! yes !
是的 ! 是的 !

是的! 是的!

[ai] [wɪʃ] [ˌaɪ ˈtiː]['ɔːlsəʊ] !
I wish it also !
我 希望 它 还 !

我也希望如此!

[ðaʊ] [ɑːt]['ruːlə(r)] .
Thou art Ruler .
你 艺术 统治者 .

你是统治者。

[əʊ][maɪ][gɒd] !
O my God !
哦 我的 上帝 !

我的天哪!

['əʊnli][biː; bi] [ðaɪ'self] [ðə; ði] [gaɪd] , [ænd; ənd][ə'baɪd] [wɪð] [ˌem 'iː][fər'evə(r)] !

only	be	Thyself	the	Guide	,	and	abide	with	me	forever	!
仅有的	是	你自己	这	指导	,	和	遵守	和	我	永远	!

唯有你自己作我的向导，永远与我同在！

[maɪ] ['meməri]

MY	MEMORY
我的	记忆

我的记忆

[maɪ] ['meməri] !

My	Memory	!
我的	记忆	!

我的记忆！

[ðə; ði] [mɪ'stɪəriəs] [bʊk] — [rɪ'flekʃ(ə)n] [ɒv; əv] [ðæt] [ɒv; əv] [ɪ'tɜːnəti] , [ɪn] [wɪtʃ] [æt; ət] [iːtʃ] ['məʊmənt]

the	mysterious	book	—	reflection	of	that	of	eternity	,	in	which	at	each	moment
这	神秘	书	—	反射	的	那	的	永恒	,	在	哪个	在	每个	片刻

[ɑː(r); ə(r)] [ɪn'skraɪbd] [maɪ] [θɔːts] ,

are	inscribed	my	thoughts	,
是	铭文	我的	想法	,

那本神秘的书——永恒之书的倒影，每一刻都记录着我的思想。

[ə'fekʃən] , [ænd; ənd] [dɪ'zaɪr] .

affections	,	and	desires	.
情感	,	和	欲望	.

情感和欲望。

['ɪntuː] [ðaɪ] [hændz] [aɪ] [kə'mend] [ˌaɪ 'tiː] , [lɔːd] , [ðæt] [ðaʊ] [ə'ləʊn] [meɪst] [raɪt] [ðeə(r)] , [ðaʊ] [ə'ləʊn]

Into	Thy	Hands	I	commend	it	,	Lord	,	that	Thou	alone	mayst	write	there	,	Thou	alone
进入	你的	手	我	表彰	它	,	主	,	那	你	独自的	五月	写	那里	,	你	独自的

[ɪ'feɪs] !

efface	!
抹去	!

主啊，我将它交托在你的手中，唯有你能在那里书写，唯有你能抹去！

[liːv] [ðeə(r)] , [lɔːd] , [ðə; ði] [rɪ'membrəns] [ɒv; əv][maɪ][sɪnz] ,

Leave	there	,	Lord	,	the	remembrance	of	my	sins	,
离开	那里	,	主	,	这	纪念	的	我的	罪孽	,

主啊，求你让我忘记自己的罪孽。

[bʌt; bət] [ɪ'feɪs] [fər'evə(r)][ðə; ði] ['pleʒəz] [ðæt] [led][tuː; tə][ðem; ðəm] — [wɜː(r); wə(r)][aɪ][tuː; tə] [kætʃ]

but	efface	forever	the	pleasures	that	led	to	them	—	were	I	to	catch
但	抹去	永远	这	快乐	那	引领	到	他们	—	是	我	到	抓住

[bʌt; bət][ə; eɪ] [glɪmps] [ɒv; əv][ðeə(r)] [ɪn'taɪsɪŋ] ['swiːtnəs] ,

but	a	glimpse	of	their	enticing	sweetness	,
但	一个	一瞥	的	他们的	诱人的	甜味	,

但如果我哪怕只是瞥见它们诱人的甜蜜一瞥，我也会永远抹去通往这些快乐的源泉。

[aɪ] [mait] [ə'gen] [dɪ'zaɪə(r)][ðem; ðəm] .

I	might	again	desire	them	.
我	可能	再次	欲望	他们	.

我可能还会想要它们。

[liːv] [ðeə(r)][ðə; ði] [swiːt] ['meməriz] [ɒv; əv] ['tʃaɪldhʊd] , [wen] [aɪ] [lʌvd] [ðiː] [wɪð] [sʌtʃ] [sɪm'plɪsəti]

Leave	there	the	sweet	memories	of	childhood	,	when	I	loved	Thee	with	such	simplicity
离开	那里	这	甜的	回忆	的	童年	,	什么时候	我	喜爱	汝	和	这样的	简单

, [ænd; ənd][maɪ]['fɑːðə(r)] ,

,	and	my	father	,
,	和	我的	父亲	,

把童年美好的回忆留在那里吧，那时我多么单纯地爱你，还有我的父亲。

[maɪ] ['mʌðə(r)] , [maɪ]['fæməli] , [wɜː(r); wə(r)][maɪ] [səʊl] [ə'fekʃən] .

my	mother	,	my	family	,	were	my	sole	affections	.
我的	母亲	,	我的	家庭	,	是	我的	唯一	情感	.

我的母亲和家人是我唯一的挚爱。

[ðəʊz] [deɪz] , [wen] [ðə; ði] ['slaɪtɪst] [ʌn'truːθfəlnɛs] , [ɔː(r)]['iːv(ə)n][ðə; ði][fɪə(r)][ɒv; əv] ['hævɪŋ] [sin] ,

Those	days	,	when	the	slightest	untruthfulness	,	or	even	the	fear	of	having	sinned	,
那些	天	,	什么时候	这	丝毫	不诚实	,	或者	甚至	这	害怕	的	拥有	罪过	,

在那些日子里，哪怕是最轻微的谎言，甚至是害怕犯下罪过，

[left] [ˌem 'iː][nəʊ] [piːs] [tɪl] [ai][hæd; həd] [kən'fest] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][maɪ] ['mʌðə(r)] .

left	me	no	peace	till	I	had	confessed	it	to	my	mother	.
左边	我	不	和平	直到	我	有	坦白	它	到	我的	母亲	.

直到我向母亲坦白这件事，我才得以安宁。

[ðəʊz] [deɪz] , [wen] [ai] ['ɔːlweɪz] [felt] [maɪ] ['gɑːdiən] ['eɪndʒl][nɪə(r)][ˌem 'iː] , ['helpɪŋ] [ˌem 'iː][ɪn][maɪ] [wɜːk] ,

Those	days	,	when	I	always	felt	my	Guardian	Angel	near	me	,	helping	me	in	my	work	,
那些	天	,	什么时候	我	总是	毛毡	我的	监护人	天使	靠近	我	,	帮助	我	在	我的	工作	,

那些日子里，我总感觉我的守护天使在我身边，帮助我工作。

[ænd; ənd] ['suːðɪŋ] [maɪ]['lɪt(ə)l] ['trʌb(ə)lz] !

and	soothing	my	little	troubles	!
和	舒缓	我的	小的	麻烦	!

抚慰我的小烦恼！

[liːv] [ˌem 'iː][ðə; ði] [rɪ'membrəns] [ɒv; əv][maɪ] [fɜːst] [sens] [ɒv; əv][ðə; ði] [dɪ'vaɪn] [ˌæbsə'luːʃ(ə)n] ,

Leave	me	the	remembrance	of	my	first	sense	of	the	Divine	absolution	,
离开	我	这	纪念	的	我的	第一的	感觉	的	这	神圣的	赦免	,

请让我永远铭记我第一次感受到神圣赦免时的情景。

[wen] [maɪ] [hɑːt] [ˌəʊvə'fləʊɪŋ] [wɪð] ['siːkrət] [dʒɔɪ] , [ai] [kraɪd] , [ai][ˌeɪ 'em] [fə'givn] , [ai][ˌeɪ 'em] [fə'givn] !

when	my	heart	overflowing	with	secret	joy	,	I	cried	,	I	am	forgiven	,	I	am	forgiven	!
什么时候	我的	心	溢出	和	秘密	喜悦	,	我	哭	,	我	是	已原谅	,	我	是	已原谅	!

当我的心中充满秘密的喜悦时，我哭了，我被原谅了，我被原谅了！

[ænd; ənd] [ðen] [ðə; ði] [ˌrekə'lekʃ(ə)n] [ɒv; əv][maɪ] [fɜːst] [kə'mjuːniən] !

And	then	the	recollection	of	my	first	Communion	!
和	然后	这	回忆	的	我的	第一的	圣餐	!

然后，我回忆起了我的第一次圣餐！

[əʊ] , [rɪ'kɔːl] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ˌem 'iː] , [lɔːd] , [wɪð] [ɪts] [ˌprepə'reɪʃ(ə)n][səʊ] ['fɪəf(ə)l] , [jet] [səʊ] ['lʌvɪŋ] ;

oh	,	recall	it	to	me	,	Lord	,	with	its	preparation	so	fearful	,	yet	so	loving	;
哦	,	记起	它	到	我	,	主	,	和	它是	准备	所以	可怕	,	然而	所以	爱	;

哦，主啊，请让我回忆起那令人敬畏却又充满爱意的准备；

[ɪts][dʒɔɪ][səʊ][kɑːm] , [səʊ]['həʊli] , [jet] [səʊ] [swiːt] ,

its	joy	so	calm	,	so	holy	,	yet	so	sweet	,
它是	喜悦	所以	冷静的	,	所以	圣	,	然而	所以	甜的	,

它的喜悦如此平静，如此神圣，却又如此甜蜜。

[ðæt] ['iːv(ə)n] [naʊ] [ðə; ði] [θɔːt] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] [fɪlz] [maɪn] [aɪz] [wɪð] [tɪəz] !

that	even	now	the	thought	of	it	fills	mine	eyes	with	tears	!
那	甚至	现在	这	想法	的	它	填充	矿	眼睛	和	眼泪	!

即使现在想到这件事，我的眼眶仍然会湿润！

[liːv] [ˌem 'iː][ðə; ði] [rɪ'membrəns] [ɒv; əv] [ðaɪ] ['benɪfɪts] !

Leave	me	the	remembrance	of	Thy	Benefits	!
离开	我	这	纪念	的	你的	好处	!

请让我永远铭记祢的恩惠！

[iːtʃ] [jɪə(r)] [ɒv; əv][maɪ] [laɪf] [ɪz] [kraʊnd] [wɪð] ['blesɪŋz] . . . [æt; ət] [ten]

each	year	of	my	life	is	crowned	with	blessings	.	.	.	at	ten
每个	年	的	我的	生活	是	加冕	和	祝福	.	.	.	在	十

我生命中的每一年都充满了祝福.....十岁

. . . [ˌfɪfˈtiːn] . . . [ˌeɪˈtiːn] . . . ['twenti] [j'iəz] . . .

. . . fifteen . . . eighteen . . . twenty years . . .

. . . 十五 . . . 十八 . . . 二十 年 . . .

.....十五年.....十八年.....二十年.....

[əʊ] !

oh !

哦 !

哦!

[ai][kæn; kən] [wel] [rɪˈkɔːl] [ɔːl] [ðaɪ] ['gʊdnəs] [tuː; tə][ˌem 'iː] , [maɪ][gɒd] !

I can well recall all Thy goodness to me , my God !

我 能 出色地 记起 全部 你的 善良 到 我 , 我的 上帝 !

我的上帝，我清楚地记得你对我的一切恩惠!

[jes] , [rɪ'siːv] [maɪ] ['meməri] , [blɒt] [aʊt] [ɔːl] [ðæt] [kæn; kən] [ɪ'streɪndʒ] [ˌem 'iː][frɒm; frəm] [ðiː] ,

Yes , receive my memory , blot out all that can estrange me from Thee ,

是的 , 收到 我的 记忆 , 印迹 出去 全部 那 能 离间 我 从 汝 ,

是的，请接受我的记忆，抹去所有可能使我与你疏远的事物。

[ænd; ənd][grɑːnt] [ðæt] ['nʌθɪŋ] [ə'pɑːt] [frɒm; frəm] [ðiː] [meɪ] [ə'gen] [faɪnd][ə; eɪ] [pleɪs] [ðeə(r)] !

and grant that nothing apart from Thee may again find a place there !

和 授予 那 没有什么 除 从 汝 可能 再次 寻找 一个 地方 那里 !

并祈求除你之外的任何事物都不得再在那里找到立足之地!

[maɪ][maɪnd]

MY MIND

我的 头脑

我的思想

[əʊ] ! [baɪ] [wɒt] [fɔːls] [laɪts] [hæv; həv][ai] [biːn] ['dæzld] !

Oh ! by what false lights have I been dazzled !

哦 ! 经过 什么 错误的 灯 有 我 到过 眼花缭乱 !

哦！我究竟是被哪些虚假的光芒所迷惑了!

[ðeɪ] [ʃəʊd] [ˌem 'iː] [preə(r)] [æz; əz] ['wɪərisəm] ; [rɪ'lɪdʒəs] ['djuːtiz] [tuː] [əb'zɔːbɪŋ; əb'sɔːbɪŋ] ; ['friːkwənt]

They showed me prayer as wearisome ; religious duties too absorbing ; frequent

他们 显示 我 祷告 作为 令人厌倦的 ; 宗教 职责 也 吸收 ; 频繁

[kə'mjuːniən] [æz; əz] ['juːsləs] ;

Communion as useless ;

圣餐 作为 无用 ;

他们让我看到祈祷令人厌倦；宗教义务过于繁琐；频繁领圣餐毫无用处；

['səʊʃ(ə)l] ['djuːtiz] [æz; əz][ə; eɪ] ['hevi] ['bɒndɪdʒ] ; [dɪ'vəʊʃn] [ðə; ði][lɒt][ɒv; əv] [wiːk] [maɪndz][ænd; ənd] [ðəʊz]

social duties as a heavy bondage ; devotion the lot of weak minds and those

社会的 职责 作为 一个 重的 束缚 ; 虔诚 这 很多 的 虚弱的 思想 和 那些

[wɪ'ðaʊt] [ə'fekʃn] . . . .

without affection . . . .

没有 感情 . . . .

社会责任是一种沉重的束缚；奉献是意志薄弱和缺乏情感者的宿命.....

[əʊ] , [ai] [njuː] [wel] [haʊ] [fɔːls] [ˌaɪ 'tiː][wɒz; wəz] , [ænd; ənd] [jet] [ai][let][maɪ'self][biː; bi][hɑːf] - [kən'vɪnst] !

Oh , I knew well how false it was , and yet I let myself be half - convinced !

哦 , 我 知道 出色地 如何 错误的 它 曾是 , 和 然而 我 让 我 是 一半 - 确信 !

哦，我明明知道那是假的，可我还是半信半疑了!

[wen] [hæv; həv][ai]['evə(r)] [biːn] [mɔː(r)] ['zeləs] [ɪn]['leɪbə(r)][ðæn; ðən] [ðəʊz] [deɪz] [wen] [ai][hæd; həd]

When have I ever been more zealous in labor than those days when I had

什么时候 有 我 曾经 到过 更多的 热心 在 劳动 比 那些 天 什么时候 我 有

[fʊl'fɪld] [ɔːl][maɪ] [rɪ'lɪdʒəs] ['djuːtiz] ?

fulfilled all my religious duties ?

已完成 全部 我的 宗教 职责 ?

当我完成所有宗教义务之后，我劳动的热情何时曾超过那时呢?

[wen] [mɔː(r)] ['lʌvɪŋ] [ænd; ənd] [dɪ'vəʊtɪd] [ðæn; ðən] [ɒn] [ðə; ði] [deɪz] [ɒv; əv] [maɪ] [kə'mjuːniən] ?

When	more	loving	and	devoted	than	on	the	days	of	my	Communions	?
什么时候	更多的	爱	和	奉献	比	在	这	天	的	我的	圣餐	?

还有什么比领圣餐的日子更充满爱与奉献呢?

[wen] [hæv; həv] [aɪ] [felt] [mɔː(r)] [friː] , [mɔː(r)] ['hæpi] ,

When	have	I	felt	more	free	,	more	happy	,
什么时候	有	我	毛毡	更多的	自由的	,	更多的	快乐的	,

我何时感到如此自由、如此快乐过?

[ðæn; ðən] [wen] ['hævɪŋ] [fʊl'fɪld] [ɔːl] [ðə; ði] ['djuːtiz] [ɒv; əv] [maɪ] ['səʊʃ(ə)l] [pə'zɪʃ(ə)n] ?

than	when	having	fulfilled	all	the	duties	of	my	social	position	?
比	什么时候	拥有	已完成	全部	这	职责	的	我的	社会的	位置	?

比履行完我作为社会成员的所有职责之后还要好吗?

[lɔːd] , [rɪ'siːv] [maɪ] [maɪnd] , [ænd; ənd] ['nʌrɪʃ] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [ðaɪ] [truːθ] !

Lord	,	receive	my	mind	,	and	nourish	it	with	Thy	Truth	!
主	,	收到	我的	头脑	,	和	滋养	它	和	你的	真相	!

主啊，求你接纳我的心灵，用你的真理滋养它!

[ʃəʊ] [ˌem 'iː] [ðæt] [ə'pɑːt] [frɒm; frəm] [ðiː] , ['pleʒəz] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['sensɪz] [liːv] [bɪ'haɪnd] ['əʊnli]

Show	me	that	apart	from	Thee	,	pleasures	of	the	senses	leave	behind	only
展示	我	那	除	从	汝	,	快乐	的	这	感官	离开	在后面	仅有的

[rɪ'mɔːs] , [dɪs'gʌst] ,

remorse	,	disgust	,
悔恨	,	厌恶	,

请告诉我，除了你之外，感官的享乐只会留下悔恨和厌恶。

['wɪərinəs] , [ænd; ənd] [sə'taɪəti] .

weariness	,	and	satiety	.
疲劳	,	和	饱腹感	.

疲倦和饱腹感。

['pleʒəz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [hɑːt] [kɔːz] [æŋ'zaɪəti] , ['bɪtənəs] , , [ænd; ənd] [fɪəz] .

Pleasures	of	the	heart	cause	anxiety	,	bitterness	,	rendings	,	and	fears	.
快乐	的	这	心	原因	焦虑	,	苦味	,	渲染	,	和	恐惧	.

心灵的快乐会带来焦虑、痛苦、撕裂和恐惧。

['pleʒəz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [maɪnd] [prə'djuːs] [ə; eɪ] [vɔɪd] , ['vænəti] , ['dʒeləsi] , ['kəʊldnəs] , [ænd; ənd]

Pleasures	of	the	mind	produce	a	void	,	vanity	,	jealousy	,	coldness	,	and
快乐	的	这	头脑	生产	一个	空白	,	虚荣	,	妒忌	,	寒冷	,	和

[hjuːˌmɪli'eɪʃn] !

humiliations	!
羞辱	!

精神上的快乐会产生空虚、虚荣、嫉妒、冷漠和羞辱!

[tiːtʃ] [ˌem 'iː] [ðæt] [ɔːl] [mʌst; məst] [pɑːs] [ə'weɪ] . . . [ðæt] ['nʌθɪŋ] [ɪz] [truː] , ['nʌθɪŋ] [ɪz] [gʊd] ,

Teach	me	that	all	must	pass	away	.	.	.	that	nothing	is	true	,	nothing	is	good	,
教	我	那	全部	必须	经过	离开	.	.	.	那	没有什么	是	真的	,	没有什么	是	好的	,

告诉我一切终将消逝……没有什么是真实的，没有什么是美好的。

['nʌθɪŋ] [ɪz] [ɪ'tɜːn(ə)l] , [bʌt; bət] [ðaʊ] , [ðaʊ] ['əʊnli] , [əʊ] [maɪ] [gɒd] !

nothing	is	eternal	,	but	Thou	,	Thou	only	,	O	my	God	!
没有什么	是	永恒	,	但	你	,	你	仅有的	,	哦	我的	上帝	!

世间万物皆非永恒，唯有祢，唯有祢，我的神啊!

[maɪ] [wɪl]

MY	WILL
我的	将要

我的遗嘱

[maɪ] [diːdz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [rɪ'zʌlt] [ɒv; əv][maɪ] [wɪl] ,

My	deeds	are	the	result	of	my	will	,
我的	契约	是	这	结果	的	我的	将要	,

我的行为源于我的意志。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] [wɪl] ['əʊnli] [ðæt] [meɪks] [ðem; ðəm][ɒv; əv] ['eni] ['vælјuː] .

and	it	is	the	will	only	that	makes	them	of	any	value	.
和	它	是	这	将要	仅有的	那	制作	他们	的	任何	价值	.

只有意志才能赋予它们价值。

[əʊ] , [ðen] [tuː; tə] [bɪ'gɪn] [wɪð] , [aɪ] [wɪl] [lɜːn] [səb'mɪʃn] !

Oh	,	then	to	begin	with	,	I	will	learn	submission	!
哦	,	然后	到	开始	和	,	我	将要	学习	提交	!

哦，那么首先，我要学习服从！

[wɒt] [aɪ] [wɪʃ] , [meɪ] [nɒt] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)][ˌem 'iː] ; [wɒt] [aɪ][ˌeɪ 'em] ['bɪdn] [mʌst; məst]

What	I	wish	,	may	not	always	be	good	for	me	;	what	I	am	bidden	must
什么	我	希望	,	可能	不是	总是	是	好的	为了	我	;	什么	我	是	拜登	必须

[biː; bi] [raɪt] .

be	right	.
是	正确的	.

我所希望的，未必对我有益；我被要求的，必定是正确的。

[əʊ]['dʒiːzəs] !

O	Jesus	!
哦	耶稣	!

哦，耶稣！

[grɑːnt][ˌem 'iː][ðə; ði] [greɪs] [ɒv; əv] [ə'biːdiəns] , [ænd; ənd] [ðen] [let][ˌem 'iː][biː; bi] ['bɪdn] ['meni] [θɪŋz] :

grant	me	the	grace	of	obedience	,	and	then	let	me	be	bidden	many	things	:
授予	我	这	优雅	的	服从	,	和	然后	让	我	是	拜登	许多	事物	:

[wɜːks] [ɒv; əv]['paɪəti] ,

works	of	piety	,
作品	的	虔诚	,

赐予我顺服的恩典，然后让我被吩咐去做许多事：虔诚的行为，

[wɜːks] [ɒv; əv] ['tʃærəti] , [self] - [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] , ['brɪliənt] [diːdz] , [diːdz] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)] [ɪg'nɔːd] [ɪn][maɪ]

works	of	charity	,	self	-	renunciation	,	brilliant	deeds	,	deeds	that	are	ignored	in	my
作品	的	慈善机构	,	自己	-	放弃	,	杰出的	契约	,	契约	那	是	忽略	在	我的

['fæməli][laɪf] ,

family	life	,
家庭	生活	,

慈善行为、自我牺牲、杰出事迹，以及在我的家庭生活中被忽视的事迹，

[ɔː(r)][weər'evə(r)][aɪ] [meɪ] [biː; bi] , [ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)] ['nʌmbələs] [kɔːlz][fɔː(r); fə(r)][ɔːl][ɒv; əv] [ðiːz] ; [lɔːd] ,

or	wherever	I	may	be	,	there	are	numberless	calls	for	all	of	these	;	Lord	,
或者	无论	我	可能	是	,	那里	是	无数	呼叫	为了	全部	的	这些	;	主	,

[bɪ'həʊld] [ðaɪ] ['sɜːvənt] !

behold	Thy	servant	!
看哪	你的	仆人	!

无论我身在何处，都有无数人呼唤我；主啊，请看祢的仆人！

[meɪ] [aɪ][biː; bi] ['ɔːlweɪz] ['redi] [wen] [ðaʊ] [hæst] [niːd] [ɒv; əv][ˌem 'iː] !

may	I	be	always	ready	when	Thou	hast	need	of	me	!
可能	我	是	总是	准备好	什么时候	你	哈斯特	需要	的	我	!

愿我时刻准备着，在你需要我的时候！

[ɔːl] [ðæt] [aɪ][hæv; həv]

ALL	THAT	I	HAVE
全部	那	我	有

我拥有的一切

[maɪ] [gɒd] , [haʊ] ['rɪtʃli] [hæst] [ðaʊ] ['blesɪd; blest] [ˌem 'iː] !

My	God	,	how	richly	hast	Thou	blessed	me	!
我的	上帝	,	如何	丰富	哈斯特	你	蒙福	我	!

我的上帝，你赐福给我何等丰盛！

['treʒəz] [ɒv; əv] [lʌv] , [ai] ['ɒfə(r)] [ðem; ðəm] [tuː; tə] [ðiː] !

Treasures	of	love	,	I	offer	them	to	Thee	!
宝藏	的	爱	,	我	提供	他们	到	汝	!

我将爱的珍宝献给你！

[ai] [hæv; həv] [rɪ'leɪʃ(ə)nz] , [dɪə(r)] [wʌnz] , [ðaʊ] [nəʊ] [haʊ] [ai] [lʌv] [ðem; ðəm] . . . .

I	have	relations	,	dear	ones	,	Thou	knowest	how	I	love	them	.	.	.	.
我	有	关系	,	亲爱的	一个	,	你	最了解	如何	我	爱	他们	.	.	.	.

我有亲人，亲爱的，你们知道我有多爱他们.....

[ɑː] , [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [biː; bi] [ðaɪ] [wɪl] [tuː; tə] [teɪk] [ðem; ðəm] [frɒm; frəm] [ðɪs] [wɜːld] , [bɪ'fɔː(r)] [ˌem 'iː] ,

Ah	,	if	it	be	Thy	Will	to	take	them	from	this	world	,	before	me	,
啊	,	如果	它	是	你的	将要	到	拿	他们	从	这	世界	,	前	我	,

啊，如果这是你的旨意，要将他们从这个世界带走，就在我之前，

[ðəʊ] [ai] [seɪ] [ˌaɪ 'tiː] ['wiːpɪŋ] , [stɪl] [ai] [seɪ] [ˌaɪ 'tiː] , [ðaɪ] [wɪl] [biː; bi] [dʌn] !

though	I	say	it	weeping	,	still	I	say	it	,	Thy	Will	be	done	!
尽管	我	说	它	哭泣	,	仍然	我	说	它	,	你的	将要	是	完毕	!

虽然我含泪说道，但我还是要说，愿你的旨意成就！

[ai] [hæv; həv] [frendz] . . . .

I	have	friends	.	.	.	.
我	有	朋友们	.	.	.	.

我有朋友.....

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [biː; bi] [ðaɪ] [wɪl] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [fə'get] [ˌem 'iː] , [θɪŋk] [ɪl] [ɒv; əv] [ˌem 'iː] , [liːv] [ˌem 'iː] [ə'ləʊn] ,

If	it	be	Thy	Will	they	should	forget	me	,	think	ill	of	me	,	leave	me	alone	,
如果	它	是	你的	将要	他们	应该	忘记	我	,	思考	患病的	的	我	,	离开	我	独自的	,

如果这是你的旨意，就让他们忘记我，对我心怀恶意，离开我吧。

[wɪð] [ðæt] ['ləʊnlinəs] [ɒv; əv] [hɑːt] [səʊ] ['bɪtə(r)] [ænd; ənd] [səʊ] [kiːn] . . .

with	that	loneliness	of	heart	so	bitter	and	so	keen	.	.	.
和	那	孤独	的	心	所以	苦的	和	所以	敏锐的	.	.	.

心中那份苦涩而又尖锐的孤独.....

[ai] [jiːld] [ðem; ðəm] [tuː; tə] [ðiː] !

I	yield	them	to	Thee	!
我	屈服	他们	到	汝	!

我将它们献给你！

[ai] [hæv; həv] ['wɜːldli] [gʊdz] [ðæt] [gɪv] [ˌem 'iː] [ə; eɪ] ['sɜːt(ə)n] [dɪ'griː] [ɒv; əv] ['kʌmfət] ,

I	have	worldly	goods	that	give	me	a	certain	degree	of	comfort	,
我	有	世俗	商品	那	给	我	一个	肯定	程度	的	舒适	,

我拥有一些物质财富，它们能给我带来一定程度的舒适感。

[baɪ] [ə'fɔːd; ə'fɔrd] [ˌem 'iː] [ðə; ði] [miːnz] [ɒv; əv] ['helpɪŋ] ['ʌðə(r)z] ['pʊrər] [ðæn; ðən] [maɪ'self] . . . .

by	affording	me	the	means	of	helping	others	poorer	than	myself	.	.	.	.
经过	负担得起	我	这	方法	的	帮助	其他的	贫穷	比	我	.	.	.	.

通过让我有能力帮助比我更贫困的人.....

[ʃʊd; ʃəd] [ˌaɪ 'tiː] [biː; bi] [ðaɪ] [wɪl] [tuː; tə] [dɪ'praɪv] [ˌem 'iː] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] , ['lɪt(ə)l] [baɪ] ['lɪt(ə)l] ,

Should	it	be	Thy	Will	to	deprive	me	of	them	,	little	by	little	,
应该	它	是	你的	将要	到	剥夺	我	的	他们	,	小的	经过	小的	,

如果祢的旨意是要一点一点地剥夺我拥有它们的权利，

[tɪl] [æt; ət] [lɑːst] [ai] [hæv; həv] ['əʊnli] [ðə; ði] [beə(r)] ['nesəsəriz] [ɒv; əv] [laɪf] [left] . . .

till	at	last	I	have	only	the	bare	necessaries	of	life	left	.	.	.
直到	在	最后的	我	有	仅有的	这	裸	必需品	的	生活	左边	.	.	.

最后，我只剩下维持生活的基本必需品.....

[ai] [jiːld] [ðem; ðəm][tuː; tə] [ðiː] !
I yield them to Thee !
我 屈服 他们 到 汝 !

我将它们献给你!

[ai][hæv; həv] [lɪmz] [ðæt] [ðaʊ] [hæst]['gɪv(ə)n][ˌem 'iː] .
I have limbs that Thou hast given me .
我 有 四肢 那 你 哈斯特 给定 我 .

我拥有你赐予我的四肢。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː][biː; bi] [ðaɪ] [wɪl] [ðæt] [pə'ræləsɪs] [ʃʊd; ʃəd] ['fetə(r)] [maɪ] [ɑːmz] ,
If it be Thy Will that paralysis should fetter my arms ,
如果 它 是 你的 将要 那 麻痹 应该 束缚 我的 武器 ,

如果这是你的旨意，要让我的双臂因瘫痪而受苦，

[maɪ] [aɪz] [nəʊ][lɒŋgə(r)] [siː] [ðə; ði] [laɪt] , [maɪ] [tʌŋ] [biː; bi][ʌn'eɪb(ə)l][tuː; tə] [ɑː'tɪkjuleɪt] , [maɪ] [gɒd] ,
my eyes no longer see the light , my tongue be unable to articulate , my God ,
我的 眼睛 不 更长 看 这 光 , 我的 舌头 是 无法 到 能言善辩 , 我的 上帝 ,

我的眼睛再也看不见光，我的舌头再也无法说话，我的上帝啊，

[ai] [jiːld] [ðem; ðəm][tuː; tə] [ðiː] !
I yield them to Thee !
我 屈服 他们 到 汝 !

我将它们献给你!

[ɪn] [ɪks'tʃeɪndʒ] , [grɑːnt][ˌem 'iː] [ðaɪ] [lʌv] , [ðaɪ] [greɪs] , [ænd; ənd] [ðen] . . . ['nʌθɪŋ] [mɔː(r)] , ['əʊnli]
In exchange , grant me Thy Love , Thy Grace , and then . . . nothing more , only
在 交换 , 授予 我 你的 爱 , 你的 优雅 , 和 然后 . . . 没有什么 更多的 , 仅有的
['hev(ə)n] !
Heaven !
天堂 !

作为交换，请赐予我您的爱、您的恩典，然后……别无他求，唯有天堂!

[əʊ]['dʒiːzəs] , [ə'bændənd] [baɪ] [ɔːl] [ɪn][ðə; ði]['gɑːd(ə)n][ɒv; əv] [geθ'seməni] , [ɪn] [niːd] [ðen] [ɒv; əv] ['kʌmfət]
O Jesus , abandoned by all in the garden of Gethsemane , in need then of comfort
哦 耶稣 , 弃 经过 全部 在 这 花园 的 客西马尼 , 在 需要 然后 的 舒适
[ænd; ənd] [streŋθ] :
and strength :
和 力量 :

哦，耶稣，被众人遗弃在客西马尼园，那时他多么需要安慰和力量啊!

['dʒiːzəs] , [ðaʊ] [huː] [nəʊ] [ðæt] [æt; ət] [ðɪs] ['məʊmənt][ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)][sʌm; səm][ɒn] [ɜːθ] [huː]
Jesus , Thou Who knowest that at this moment there are some on earth who
耶稣 , 你 WHO 最了解 那 在 这 片刻 那里 是 一些 在 地球 WHO
[hæv; həv][nəʊ] [streŋθ] ,
have no strength ,
有 不 力量 ,

耶稣，你知道此刻世上有些人已经精疲力竭，

[nəʊ] ['kʌmfət] ,
no comfort ,
不 舒适 ,

没有安慰，

[nəʊ] [sə'pɔːt] , [əʊ] ! [send][tuː; tə][ðem; ðəm][sʌm; səm]['eɪndʒl] [huː] [wɪl] [gɪv] [ðem; ðəm][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][dʒɔɪ] ,
no support , oh ! send to them some angel who will give them a little joy ,
不 支持 , 哦 ! 发送 到 他们 一些 天使 WHO 将要 给 他们 一个 小的 喜悦 ,

没有支持，哦！派个天使去给他们带来一点快乐吧!

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [piːs] !
a little peace !
一个 小的 和平 !

片刻宁静!

[əʊ] , [ɪf] ['əʊnli][aɪ] [meɪt] [biː; bi] [ðæt] ['mesɪndʒə(r)] !

Oh	**,**	**if**	**only**	**I**	**might**	**be**	**that**	**messenger**	**!**
哦	,	如果	仅有的	我	可能	是	那	信使	!

哦，如果我能成为那个信使就好了！

[wɒt] [mʌst; məst][aɪ]['sʌfə(r)] , [lɔːd] ?

What	**must**	**I**	**suffer**	**,**	**Lord**	**?**
什么	必须	我	遭受	,	主	?

主啊，我必须承受什么苦难?

[ɪf] [æn; ən] ['aʊtwəd] ['trʌb(ə)l] [ɔː(r)] ['ɪnwəd] [peɪn][biː; bi] ['niːdfl] [tuː; tə] [meɪk] [ɒv; əv][ˌem 'iː][bʌt; bət]

If	**an**	**outward**	**trouble**	**or**	**inward**	**pain**	**be**	**needful**	**to**	**make**	**of**	**me**	**but**
如果	一个	向外	麻烦	或者	向内	疼痛	是	需要	到	制作	的	我	但

[fɔː(r); fə(r)][wʌn]['məʊmənt][ə; eɪ] [kən'soʊlɪŋ] ['eɪndʒl][tuː; tə][sʌm; səm][pɔː(r); pʊə(r)] ['ləʊnli] [hɑːt] ,

for	**one**	**moment**	**a**	**consoling**	**angel**	**to**	**some**	**poor**	**lonely**	**heart**	**,**
为了	一	片刻	一个	安慰	天使	到	一些	贫穷的	孤独	心	,

如果外在的烦恼或内心的痛苦需要我哪怕片刻地成为某个孤独可怜的心灵的安慰天使，

[əʊ] !

oh	**!**
哦	!

哦!

[haʊ'evə(r)] [kiːn] [ðə; ði][peɪn] , [ɔː(r)]['bɪtə(r)][ðə; ði] ['trʌb(ə)l] , [aɪ] [preɪ] [ðiː] , [grɑːnt][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ˌem 'iː] ,

however	**keen**	**the**	**pain**	**,**	**or**	**bitter**	**the**	**trouble**	**,**	**I**	**pray**	**Thee**	**,**	**grant**	**it**	**to**	**me**	**,**
然而	敏锐的	这	疼痛	,	或者	苦的	这	麻烦	,	我	祈祷	汝	,	授予	它	到	我	,

['dʒiːzəs] !

Jesus	**!**
耶稣	!

无论多么剧烈的痛苦，多么艰难的苦难，我祈求你，耶稣，赐予我!

[əʊ]['dʒiːzəs] , [ɪn] [sɜːtʃ] [ɒv; əv][lɪps][tuː; tə] [tel] [ðə; ði] [lʌv] [ðaʊ] [bɛə] [fɔː(r); fə(r)] [ðaɪ] ['tʃɪldrən] ;

O	**Jesus**	**,**	**in**	**search**	**of**	**lips**	**to**	**tell**	**the**	**love**	**Thou**	**bearest**	**for**	**Thy**	**children**	**;**
哦	耶稣	,	在	搜索	的	嘴唇	到	告诉	这	爱	你	熊	为了	你的	孩子们	;

哦，耶稣，你渴望找到一个能向你的孩子们诉说你对他们的爱的嘴唇;

[lɪps][tuː; tə] [tel] [ðə; ði][pɔː(r); pʊə(r)][ænd; ənd] ['ləʊnli] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][nɒt] [dɪ'spaɪzd] ,

lips	**to**	**tell**	**the**	**poor**	**and**	**lonely**	**they**	**are**	**not**	**despised**	**,**
嘴唇	到	告诉	这	贫穷的	和	孤独	他们	是	不是	被鄙视的	,

用嘴唇告诉那些贫穷孤独的人，他们并不被鄙视。

[ðə; ði] ['sɪnfl] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][nɒt][kɑːst][ə'weɪ] , [ðə; ði]['tɪmɪd] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][nɒt] [ˌʌnprə'tektɪd] .

the	**sinful**	**they**	**are**	**not**	**cast**	**away**	**,**	**the**	**timid**	**they**	**are**	**not**	**unprotected**	**.**
这	罪恶的	他们	是	不是	投掷	离开	,	这	胆小	他们	是	不是	未受保护	.

罪人不会被抛弃，胆怯者不会被忽视。

[əʊ]['dʒiːzəs] !

O	**Jesus**	**!**
哦	耶稣	!

哦，耶稣!

[grɑːnt] [ðæt] [maɪ][lɪps] [meɪ] [spiːk] [wɜːdz] [ɒv; əv] [streŋθ] , [lʌv] , ['kʌmfət] , [ænd; ənd]['pɑːd(ə)n] .

grant	**that**	**my**	**lips**	**may**	**speak**	**words**	**of**	**strength**	**,**	**love**	**,**	**comfort**	**,**	**and**	**pardon**	**.**
授予	那	我的	嘴唇	可能	说话	字	的	力量	,	爱	,	舒适	,	和	赦免	.

愿我的唇能说出充满力量、爱、安慰和宽恕的话语。

[let] [iːtʃ] [deɪ] [siːm] [tuː; tə][ˌem 'iː] ['weɪstɪd] [ðæt] ['pɑːsɪz] [wɪ'ðaʊt] [maɪ] ['hævɪŋ] ['spəʊkən][ɒv; əv] [help]

Let	**each**	**day**	**seem**	**to**	**me**	**wasted**	**that**	**passes**	**without**	**my**	**having**	**spoken**	**of**	**help**
让	每个	天	似乎	到	我	浪费	那	通过	没有	我的	拥有	说	的	帮助

[ænd; ənd] ['sɪmpəθi] ,

and	**sympathy**	**,**
和	同情	,

如果我没有表达帮助和同情，那么每一天对我来说都是虚度的。

[wɪ'ðaʊt] ['hævɪŋ] [meɪd] [sʌm; səm] [wʌn] [bles] [ðaɪ] [neɪm] , [biː; bi] [ˌaɪ 'tiː] [bʌt; bət] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [tʃaɪld] .

without	having	made	some	one	bless	Thy	Name	,	be	it	but	a	little	child	.
没有	拥有	制成	一些	一	保佑	你的	姓名	,	是	它	但	一个	小的	孩子	.

甚至连小孩子都没有让任何人赞美你的名。

[əʊ] ['dʒiːzəs] !

O	Jesus	!
哦	耶稣	!

哦，耶稣！

[səʊ] ['peɪʃ(ə)nt] [tə'wɔːdz] [ðəʊz] [huː] ['wɪərid] [ðiː] [wɪð] [ðeə(r)] [ˌɪmpɔː'tjuːnətɪ] [ænd; ənd] ['ɪgnərəns] !

so	patient	towards	those	who	wearied	Thee	with	their	importunity	and	ignorance	!
所以	病人	向	那些	WHO	疲惫	汝	和	他们的	恳求	和	无知	!

对那些因纠缠和无知而令你厌烦的人，你竟如此耐心！

['dʒiːzəs] , [səʊ] [lɒŋ] - ['sʌfərɪŋ] [ɪn] ['tiːtʃɪŋ] , [ænd; ənd] [ə'weɪtɪŋ] [ðə; ði] ['aʊə(r)] [ɒv; əv] [greɪs] !

Jesus	,	so	long	-	suffering	in	teaching	,	and	awaiting	the	hour	of	grace	!
耶稣	,	所以	长的	-	痛苦	在	教学	,	和	等待中	这	小时	的	优雅	!

耶稣在教导中如此耐心，耐心等待恩典的时刻！

['dʒiːzəs] , [grɑːnt] [ðæt] [ai] [meɪ] [biː; bi] ['peɪʃ(ə)nt] [tuː; tə] ['lɪs(ə)n] , [tuː; tə] [tiːtʃ] ,

Jesus	,	grant	that	I	may	be	patient	to	listen	,	to	teach	,
耶稣	,	授予	那	我	可能	是	病人	到	听	,	到	教	,

耶稣，请赐予我耐心去聆听、去教导。

[ðəʊ] ['əʊvə(r)] [ænd; ənd] ['əʊvə(r)] [ə'gen] [ai] [meɪ] [hæv; həv] [tuː; tə] [ɪn'strʌkt] [ðə; ði] [seɪm] [θɪŋ] .

though	over	and	over	again	I	may	have	to	instruct	the	same	thing	.
尽管	超过	和	超过	再次	我	可能	有	到	指示	这	相同的	事物	.

虽然我可能需要一遍又一遍地讲解同样的事情。

[grɑːnt] [ˌem 'iː] [help] , [ðæt] [ai] [meɪ] ['ɔːlweɪz] [ʃəʊ] [ə; eɪ] ['smaɪlɪŋ] [feɪs] ,

Grant	me	help	,	that	I	may	always	show	a	smiling	face	,
授予	我	帮助	,	那	我	可能	总是	展示	一个	微笑	脸	,

请赐予我帮助，让我永远面带微笑。

['iːv(ə)n] [ðəʊ] [ðə; ði] [ˌɪmpɔː'tjuːnətɪ] [ɒv; əv] [sʌm; səm] [biː; bi] ['kiːnli] [felt] !

even	though	the	importunity	of	some	be	keenly	felt	!
甚至	尽管	这	恳求	的	一些	是	敏锐地	毛毡	!

即使有些人的恳求之情难以抑制！

[ænd; ənd] [ɪf] [θruː] ['fɪzɪk(ə)l] ['wiːknəs] [ai] ['mænɪfest] [ɒn'wiː] [ɔː(r)] ['wɪərinəs] , [grɑːnt] , [əʊ] ['dʒiːzəs] ,

and	if	through	physical	weakness	I	manifest	ennui	or	weariness	,	grant	,	O	Jesus	,
和	如果	通过	身体的	弱点	我	显现	厌倦	或者	疲劳	,	授予	,	哦	耶稣	,

如果我因身体虚弱而感到厌倦或疲惫，耶稣啊，请赐予我恩典。

[ðæt] [ai] [meɪ] ['spiːdəli] [meɪk] [ə'mendz] , [wɪð] ['lʌvɪŋ] [wɜːdz] , [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [peɪn] [ai] [hæv; həv] [kɔːzd] .

that	I	may	speedily	make	amends	,	with	loving	words	,	for	the	pain	I	have	caused	.
那	我	可能	迅速地	制作	修改	,	和	爱	字	,	为了	这	疼痛	我	有	导致	.

以便我能尽快用充满爱意的话语，弥补我所造成的伤害。

[əʊ] ['dʒiːzəs] !

O	Jesus	!
哦	耶稣	!

哦，耶稣！

[huː] [wɪð] ['ɪnfɪnət] [tækt] [dɪdst] [ə'weɪt] , ['siːtɪd] [æt; ət][ðə; ði] ['rəʊdsaɪd] , [ðə; ði] [ˌɒpə'tjuːnəti] [fɔː(r); fə(r)]

Who	**with**	**infinite**	**tact**	**didst**	**await**	**,**	**seated**	**at**	**the**	**roadside**	**,**	**the**	**opportunity**	**for**
WHO	和	无限	策略	迪斯特	等待	,	坐着	在	这	路边	,	这	机会	为了

['duːɪŋ] [gʊd] ,

doing	**good**	**,**
正在做	好的	,

谁以无穷的机智，坐在路边，等待行善的机会？

['sɪmpli] ['ɑːskɪŋ] [ə; eɪ] [smɔːl] ['sɜːvɪs] [ɒv; əv][ðə; ði][pɔː(r); pʊə(r)] [sə'mærɪtən] ['wʊmən] [ðaʊ] [wʊdst] [seɪv] ,

simply	**asking**	**a**	**small**	**service**	**of**	**the**	**poor**	**Samaritan**	**woman**	**Thou**	**wouldst**	**save**	**,**
简单地	问	一个	小的	服务	的	这	贫穷的	撒玛利亚人	女士	你	会	节省	,

[ænd; ənd] [drɔː] [tuː; tə] [ðiː] .

and	**draw**	**to**	**Thee**	**.**
和	画	到	汝	.

仅仅请求一位贫穷的撒玛利亚妇人做一件小事，你就会拯救她，并吸引她归向你。

[əʊ]['dʒiːzəs] !

O	**Jesus**	**!**
哦	耶稣	!

哦，耶稣！

[grɑːnt] [ðæt] [aɪ] [meɪ] [fiːl] [ænd; ənd] [ˌʌndə'stænd] [ɔːl][ðə; ði] [peɪn] [ðæt] [tɪ'mɪdəti] , ['ʃaɪnəs] ,

grant	**that**	**I**	**may**	**feel**	**and**	**understand**	**all**	**the**	**pain**	**that**	**timidity**	**,**	**shyness**	**,**
授予	那	我	可能	感觉	和	理解	全部	这	疼痛	那	胆怯	,	害羞	,

愿我能感受到并理解所有因胆怯、羞怯而产生的痛苦。

[ɔː(r)] [rɪ'zɜːv] [kiːp] ['berid] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] [rɪ'sesɪz] [ɒv; əv][ðə; ði] [səʊl] .

or	**reserve**	**keep**	**buried**	**within**	**the**	**recesses**	**of**	**the**	**soul**	**.**
或者	预订	保持	埋葬	之内	这	凹陷处	的	这	灵魂	.

或者保留在灵魂深处。

[grɑːnt][ˌem 'iː][ðə; ði][tækt][ænd; ənd] [dɪ'skreʃn] [ðæt] [drɔːz] [nɪə(r)] [wɪ'ðaʊt] [pein] , [ðæt] [ɑːsks] [wɪ'ðaʊt]

Grant	**me**	**the**	**tact**	**and**	**discretion**	**that**	**draws**	**near**	**without**	**paining**	**,**	**that**	**asks**	**without**
授予	我	这	策略	和	审慎	那	平局	靠近	没有	绘画	,	那	问	没有

[ri'pʌls] ,

repulsing	**,**
令人反感	,

请赐予我机智和谨慎，使我能不伤人地接近，不拒人于千里之外地询问。

[wɪ'ðaʊt] [hjuː'mɪlieɪtɪŋ] , [ænd; ənd] [ðʌs] [ɪ'neɪb(ə)l][ˌem 'iː][tuː; tə] [brɪŋ] [piːs] [ænd; ənd] ['kʌmfət] [tuː; tə]

without	**humiliating**	**,**	**and**	**thus**	**enable**	**me**	**to**	**bring**	**peace**	**and**	**comfort**	**to**
没有	羞辱	,	和	因此	使能够	我	到	带来	和平	和	舒适	到

[ðə; ði] ['wuːndɪd] [hɑːt] .

the	**wounded**	**heart**	**.**
这	受伤	心	.

不带羞辱意味，从而能够给受伤的心灵带来平静和安慰。

[əʊ]['dʒiːzəs] !

O	**Jesus**	**!**
哦	耶稣	!

哦，耶稣！

[siːkɪŋ] [sʌm; səm][wʌn][æz; əz] ['feɪθf(ə)l] [dɪ'spensə(r)][ɒv; əv] [ðaɪ] ['blesɪŋz] , [grɑːnt] [mʌtʃ] [tuː; tə][ˌem 'iː] ,

seeking	**some**	**one**	**as**	**faithful**	**dispenser**	**of**	**Thy**	**blessings**	**,**	**grant**	**much**	**to**	**me**	**,**
寻求	一些	一	作为	忠实	自动售货机	的	你的	祝福	,	授予	很多	到	我	,

我寻觅一位忠实传递祢祝福的人，求祢赐予我丰盛的恩典。

[ðæt] [aɪ] [meɪ] [hæv; həv] [mʌtʃ] [tuː; tə] [bɪ'stəʊ] [ɒn] ['ʌðə(r)z] .

that	**I**	**may**	**have**	**much**	**to**	**bestow**	**on**	**others**	**.**
那	我	可能	有	很多	到	赐给	在	其他的	.

我或许有很多东西可以给予他人。

[grɑːnt] [ðæt] [maɪ][hændz] [meɪ] [dɪ'spens] [ðaɪn] [ɑːmz] , [ðæt] [ðeɪ] [meɪ] [biː; bi][æz; əz] [ðaɪn] ,

Grant	**that**	**my**	**hands**	**may**	**dispense**	**Thine**	**alms**	**,**	**that**	**they**	**may**	**be**	**as**	**Thine**	**,**
授予	那	我的	双手	可能	分配	瘦	施舍	,	那	他们	可能	是	作为	瘦	,

愿我的双手能施舍你的恩惠，使它们如同你的双手一样。

[wen] [ðaʊ] [dɪdst] [wɒʃ] [ðə; ði] [fiːt] [ɒv; əv] [ðaɪn] [ə'pɔsəlz] , ['wɜːkɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][ɔːl] , ['helpɪŋ] [ɔːl] ;

when	**Thou**	**didst**	**wash**	**the**	**feet**	**of**	**Thine**	**Apostles**	**,**	**working**	**for**	**all**	**,**	**helping**	**all**	**;**
什么时候	你	迪斯特	洗	这	脚	的	瘦	使徒们	,	在职的	为了	全部	,	帮助	全部	;

当你洗净使徒们的脚，为所有人服务，帮助所有人时；

[let] [ˌem 'iː]['nevə(r)] [fə'get] [ðæt] , [laɪk] [ðiː] , [aɪ][ˌeɪ 'em] [pleɪst] [ɒn] [ðɪs] [ɜːθ] [tuː; tə]['mɪnɪstə(r)] ,

let	**me**	**never**	**forget**	**that**	**,**	**like**	**Thee**	**,**	**I**	**am**	**placed**	**on**	**this**	**earth**	**to**	**minister**	**,**
让	我	绝不	忘记	那	,	喜欢	汝	,	我	是	放置	在	这	地球	到	部长	,

愿我永远铭记，如同你一样，我被安置在这世上是为了服侍他人。

[nɒt] [tuː; tə][biː; bi] ['mɪnɪstə(r)] ['ʌntə; 'ʌntu] .

not	**to**	**be**	**ministered**	**unto**	**.**
不是	到	是	服事	到	.

不可服侍。

[grɑːnt] [ðæt] [maɪ] [lɪps] [meɪ] [spiːk] ['kʌmfətɪŋ] [wɜːdz] [ænd; ənd] [gɪv] [fɔːθ] ['tʃɪərɪŋ] [smaɪlz] ,

Grant	**that**	**my**	**lips**	**may**	**speak**	**comforting**	**words**	**and**	**give**	**forth**	**cheering**	**smiles**	**,**
授予	那	我的	嘴唇	可能	说话	令人感到安慰	字	和	给	前进	欢呼	微笑	,

愿我的唇能说出安慰的话语，绽放令人愉悦的笑容。

[ðæt] [aɪ] [meɪ] [biː; bi][æz; əz][ðə; ði] [wel] [baɪ][ðə; ði] ['rəʊdsaɪd] , [weə(r)] [ðə; ði] ['wɪəri] ['trævələ(r)] [stuːps]

that	**I**	**may**	**be**	**as**	**the**	**well**	**by**	**the**	**roadside**	**,**	**where**	**the**	**weary**	**traveller**	**stoops**
那	我	可能	是	作为	这	出色地	经过	这	路边	,	在哪里	这	厌倦	游客	门廊

[tuː; tə] [drɪŋk] ,

to	**drink**	**,**
到	喝	,

愿我如同路边的井，疲惫的旅人俯身饮水。

[æz; əz][ðə; ði] [ʃeɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] [triː] [huːz] ['brɑːntʃɪz] ['leɪdn] [wɪð] [fruːt] [ɑː(r); ə(r)] [ɪk'stendɪd] ['əʊvə(r)]

as	**the**	**shade**	**of**	**the**	**tree**	**whose**	**branches**	**laden**	**with**	**fruit**	**are**	**extended**	**over**
作为	这	阴影	的	这	树	谁	分支	满载	和	水果	是	扩展	超过

[ɔːl] [ðæt] [pɑːs] [bɪ'niːθ] .

all	**that**	**pass**	**beneath**	**.**
全部	那	经过	下面	.

如同枝繁叶茂、硕果累累的大树，树荫笼罩着所有从树下经过的人。

[əʊ]['dʒiːzəs] !

O	**Jesus**	**!**
哦	耶稣	!

哦，耶稣！

[tuː; tə] [huːm] [ɔːl] [ðaɪ] ['tʃɪldrən] [ɑː(r); ə(r)][səʊ][dɪə(r)] , [ænd; ənd] [wɒt'evə(r)] [ðeɪ] [meɪ] [biː; bi] [ðaʊ] [kɛrst]

to	**Whom**	**all**	**Thy**	**children**	**are**	**so**	**dear**	**,**	**and**	**whatever**	**they**	**may**	**be**	**Thou**	**carest**
到	谁	全部	你的	孩子们	是	所以	亲爱的	,	和	任何	他们	可能	是	你	卡斯特

[fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm] ,

for	**them**	**,**
为了	他们	,

你深爱着你的所有孩子，无论他们是什么人，你都关心他们。

[ænd; ənd] [rɪmɛmbɜ-əst] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [mʌtʃ] - [lʌvd] ['tʃɪldrən] [ɒv; əv] [gɒd] !

and	**rememberest**	**they**	**are**	**the**	**much**	**-**	**loved**	**children**	**of**	**God**	**!**
和	记住	他们	是	这	很多	-	喜爱	孩子们	的	上帝	!

记住，他们是上帝深爱的孩子！

[əʊ] ! [grɑːnt] [ðæt] [ɪn] [ɔːl][maɪ] ['ɪntəkɔːs] [wɪð] ['ʌðə(r)z] , [aɪ] [meɪ] ['əʊnlɪ] [siː] , [lʌv] ,

Oh	**!**	**grant**	**that**	**in**	**all**	**my**	**intercourse**	**with**	**others**	**,**	**I**	**may**	**only**	**see**	**,**	**love**	**,**
哦	!	授予	那	在	全部	我的	交往	和	其他的	,	我	可能	仅有的	看	,	爱	,

哦！愿我在与他人交往中，眼中只有爱。

[ænd; ənd][keə(r)][fɔː(r); fə(r)][ðeə(r)] [səʊl] , [ðæt] [səʊl][fɔː(r); fə(r)] [huːm] , [əʊ][gɒd] , [ðaʊ] [hæst][daɪd] ,
and **care** **for** **their** **souls** **,** **that** **soul** **for** **whom** **,** **O** **God** **,** **Thou** **hast** **died** **,**
和 关心 为了 他们的 灵魂 , 那 灵魂 为了 谁 , 哦 上帝 , 你 哈斯特 死亡 ,

并关爱他们的灵魂，上帝啊，你为之而死的那个灵魂。

[huː] [laɪk] [maɪ'self][kæn; kən] [kɔːl] [ðiː] ['fɑːðə(r)] , [ænd; ənd] [wɪð] [huːm] , [nɪə(r)] [ðiː] , [aɪ] [həʊp] [tuː; tə]
who **like** **myself** **can** **call** **Thee** **Father** **,** **and** **with** **whom** **,** **near** **Thee** **,** **I** **hope** **to**
WHO 喜欢 我 能 称呼 汝 父亲 , 和 和 谁 , 靠近 汝 , 我 希望 到
[dwel] ,
dwell **,**
住 ,

像我一样能称你为父的人，我盼望与你同在，住在你身边。

[θruː'aʊt] [ðə; ði]['ɛɪdʒɪz][ɒv; əv] [ɪ'tɜːnəti] .
throughout **the** **ages** **of** **Eternity** **.**
自始至终 这 年龄 的 永恒 .

在永恒的岁月中。

[-] [nəʊt]
Transcriber's **note**
转录员的 笔记

转录者注释

[rɪ'muːvd] [æn; ən] [ɪk'streɪniəs] ['kɒmə] [frɒm; frəm] [ðɪs] [laɪn] :
Removed **an** **extraneous** **comma** **from** **this** **line** **:**
已移除 一个 无关的 逗号 从 这 线 :

删除了该行中多余的逗号：

[self] - [rɪˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n] , [miːnz] [dɪ'vəʊʃn] [tuː; tə]['aʊə(r)]['djuːti] , ['gəʊɪŋ][ɒn] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː][ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv]
Self **-** **renunciation** **,** **means** **devotion** **to** **our** **duty** **,** **going** **on** **with** **it** **in** **spite** **of**
自己 - 放弃 , 方法 虔诚 到 我们的 责任 , 去 在 和 它 在 尽管如此 的
['dɪfɪkəltɪz] , [dɪs'gʌst] ,
difficulties **,** **disgust** **,**
困难 , 厌恶 ,

自我牺牲意味着忠于我们的职责，即使面对困难和厌恶也要坚持下去。

[ɒn'wiː] , [wɒnt] [ɒv; əv] [sək'ses] .
ennui **,** **want** **of** **success** **.**
厌倦 , 想 的 成功 .

厌倦，缺乏成功。

['stændədaɪzd] ['spelɪŋ] [ɪn] [ðɪs] [laɪn] [baɪ] [rɪ'muːvɪŋ] ['haɪfn] [frɒm; frəm] [laɪt] - ['hɑːrtɪdnəs] , [tuː; tə]
Standardized **spelling** **in** **this** **line** **by** **removing** **hyphen** **from** **light** **-** **heartedness** **,** **to**
标准化 拼写 在 这 线 经过 移除 连字符 从 光 - 真心 , 到
[mætʃ] ['juːsɪdʒ] [ˌels'weə(r)] [ɪn][ðə; ði] [bʊk] :
match **usage** **elsewhere** **in** **the** **book** **:**
匹配 用法 别处 在 这 书 :

本行“light-heartedness”的拼写已标准化，去掉了连字符，以与本书其他地方的用法保持一致：

[huːz] ['tʃætə(r)] [ænd; ənd] ['lait'haːtidnis] , ['iːv(ə)n][hɜː(r); hə(r)] ['veri] [ə'tenʃən] [tuː; tə][maɪ'self] ,
whose **chatter** **and** **lightheartedness** **,** **even** **her** **very** **attentions** **to** **myself** **,**
谁 喋喋不休 和 轻松愉快 , 甚至 她 非常 注意 到 我 ,

她的闲聊和轻松愉快的性格，甚至她对我的关注，

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

听书破万卷
开口如有神